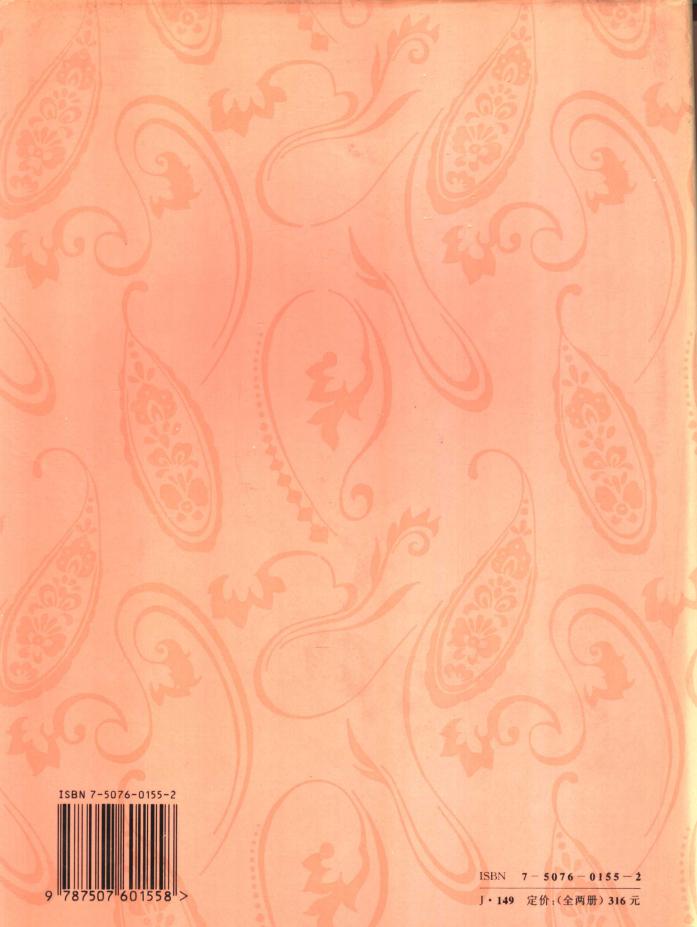
# 中 玉 民 族 民 间 舞 蹈 集 成



# 中国 中国 民族民间舞蹈 集 成

云南卷(下)

中国民族民间舞蹈集成编辑部编

中国ISBN中心

#### 中国民族民间舞蹈集成・云南卷(上下)

中国民族民间舞蹈集成 编辑部编 中国 ISBN 中心出版 新华书店北京发行所发行 北京通县华龙印刷厂印刷 开本:787×1092毫米 1/16 印张:123.5 插页:15 字数:247.8万

十本:787×1092 毫米 1/16 印张:123.5 插页:15 字数:247.8 万 1999 年 12 月北京第一版 1999 年 12 月北京第一次印刷 印数:1-2000 册

ISBN 7-5076-0155-2/J・149 定价:(全两册)316 元

# 总目

《中	国民族民间舞蹈集成》	
前	盲	(I
凡	例	······································
		上卷
全省	<b>î 民族民间舞蹈调查表</b>	
本卷	·统一的名称、术语······	(46)
		汉 族 舞 蹈
		(65)
		(70)
Ø		(77)
		(96)
		(110)
		(123)
		(134)
崴	连厢	(144)

秋	1	老茸	鼓······	(151)
进	1 2	<b>東</b> ∠	<b>‡·····</b>	(160)
4	-	×	Ţ······	(168)
装		1	\$·····	(175)
匹	作	奇車	뉹······	(182)
			AND A DECEMBER TOTAL	
			小蜂 (	
彝	游	美国	民间舞蹈概况	(197)
巍	, Ц	才	丁歌	(203)
南	派	打	丁歌	(228)
阿	组	田岡	<b>兆乐······</b>	(238)
花	腰	更财	<b>兆乐······</b>	(250)
烟	盒	2 舞	<b>*</b>	(263)
阿	乖	色佬	<u></u>	(295)
左	脚	19舞	<b>‡</b> ······	(304)
跳		笙	<u> </u>	(317)
跳				(329)
跌		朋	<b>J</b>	(343)
跳		掌	t	(357)
双	笛	舞	<b>‡</b> ·······	(363)
哈	芝	雅	i蹉······	(371)
花	鼓	舞	<b>‡</b> · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	(375)
仆	拉	. 跳	《鼓·······	(390)
跳	铜	鼓	ţ	(395)
大	锣	笙	<u></u>	(406)
擦	大	钹	······································	(414)
耍		刀		(423)
灯	弦	舞	•••••••••••••••••••••••••••••••••••••••	(436)
跳				
跳:				
				,

#### 白族 舞蹈

白族民间舞蹈概况	
绕三灵组舞·····	• (508)
洱源霸王鞭舞·····	, ,
宾川霸王鞭舞	
哩格高	
打牙撒塞	(562)
上菜舞	(566)
斗蹄壳	(577)
要白鹤	(581)
哦啦喂	(592)
散花舞	(607)
巫 舞	(616)
哈尼族海海野	
哈尼族民间舞蹈概况	(631)
铓鼓舞	
同尼尼	(640)
色尼尼	
叶车鼓舞	
跳铓锣·····	
棕扇舞	(660)
扇子舞	(664)
竹筒舞	(668)
木雀舞	
	(671)
ZÜZ 44E	
碗 舞	(674)
碗 舞····································	(674) (678)
碗 舞····································	(674) (678) (683)
碗 舞····································	(674) (678) (683) (692)
碗 舞····································	(674) (678) (683) (692) (696)

#### 壮 族 舞 蹈

壮族民间舞蹈概况	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(705)
牛头舞		(709)
棒棒灯	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(715)
跳铜鼓	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(735)
铜木神鼓	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(741)
草人舞	••••••	(746)
耍碗舞		(752)
琵琶舞	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(757)
手巾舞·····	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(762)
纸马舞	••••••	(767)
<b>像族舞蹈</b>		
<b>学 次                                   </b>		
傣族民间舞蹈概况 ·····		
傣族舞蹈的常用服饰及动作		
嘎 光······		
耶拉晖		
长象脚鼓舞		
中象脚鼓舞······		
短象脚鼓舞		
孔雀舞		
单人孔雀舞		
蝴蝶舞·····		
花环舞		
<b>篾帽舞·····</b>		
嘎 养		
尚 笼	••••••	(855)
苗族。舞蹈		
LL. Mr. led over for section and		<b>.</b>
苗族民间舞蹈概况		
苗族舞蹈的常用服饰、道具及动作		
正坛芦笙舞	•••••	(874)

反坛芦笙舞	(883)
十二套古代芦笙组舞	(907)
笛子舞	(922)
两人穿花舞	(929)

# 下 卷

#### 傈 僳 族 舞 蹈

傈僳族民间舞蹈概况······	
哇 其	
迁 哦	
山羊的歌舞	( , , , ,
腾冲三弦舞·····	
龙陵三弦舞	
跳 嘎	
跳 歌	
诗得德	(1020)
拉一、枯、族、舞、蹈	
拉祜族民间舞蹈概况	
拉祜族舞蹈的常用服饰、道具	(1030)
拉祜族舞蹈的常用服饰、道具	(1030) (1033)
拉祜族舞蹈的常用服饰、道具·····  芦笙舞 ····  摆 舞 ····	(1030) (1033) (1062)
拉祜族舞蹈的常用服饰、道具       芦笙舞       摆舞       坝卡乃摆舞	(1030) (1033) (1062) (1063)
拉祜族舞蹈的常用服饰、道具····································	(1030) (1033) (1062) (1063) (1072)
拉祜族舞蹈的常用服饰、道具····································	(1030) (1033) (1062) (1063) (1072) (1079)
拉祜族舞蹈的常用服饰、道具       芦笙舞       摆舞       坝卡乃摆舞       班利摆舞       腊福摆舞       跳 歌	(1030) (1033) (1062) (1063) (1072) (1079) (1084)
拉祜族舞蹈的常用服饰、道具····································	(1030) (1033) (1062) (1063) (1072) (1079) (1084) (1085)
拉祜族舞蹈的常用服饰、道具····································	(1030) (1033) (1062) (1063) (1072) (1079) (1084) (1085) (1093)
拉祜族舞蹈的常用服饰、道具····································	(1030) (1033) (1062) (1063) (1072) (1079) (1084) (1085) (1093)

1	て僧	扩鼓	舞	••	• • • •	••••	•••	••••	• • • •	••••	•••••	••••	••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1104)
丰	存	: 祭	祀	舞	•••	••••	•••	••••	• • • •	••••	••••		••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • •	•••••	(1107)
对	快	き舞	•	••••	• • • •	••••	••••	••••	• • • •	••••	• • • • •	•••••	••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • •		(1111)
鸣	大	嘎	•	••••	• • • •	••••	••••	••••	• • • •	••••		••••	•••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • •		(1113)
												佤	+4	€ \$	<b>WE</b>	<u> </u>							
												IEL	פנו	<b>₹</b>	#	阳							
Œ	〔 游	民	间	舞.	蹈札	既况	٠.	••••	• • • •	••••	• • • • •	•••••	••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • •	•••••	(1119)
1	放	舞	蹈	的	常月	月服	饰	••	• • • •	••••	• • • • •	•••••	••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	••••	••••	• • • • •	•••••	(1123)
木	鼓	舞	•	••••	• • • •	••••	•••	••••	• • • •	••••		•••••	• • • • •	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1128)
	跳	人木	鼓	房	•••	••••	•••	••••	• • • •	••••	• • • • •	•••••	••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	••••	••••	••••		(1131)
	敲	木	鼓	舞	•••	••••	•••	••••	• • • •	••••	• • • • •	•••••	••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • • •		(1139)
	砍	く头	刀	舞	•••	••••	••••	••••	• • • •	••••	• • • • •		••••	• • • • •	••••	••••	•••••		••••	••••			(1143)
	供	长头	舞	、送	头	舞・	•••	••••	• • • •	••••		•••••	••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	••••	••••	•••••		(1147)
芦	笙	舞	•	••••	• • • •	••••	••••	••••	• • • •	••••		•••••	••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • •		(1152)
打	-	歌		••••	• • • •	••••	••••	••••	• • • •	••••	• • • • •	•••••	••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••		••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1168)
青	年	舞	•	••••	• • • •	••••	••••	• • • •	• • • •	••••	• • • • •	•••••	••••		••••	••••		•••••		••••	• • • • • •		(1181)
甩	发	舞	•	••••	• • • •	••••	••••	• • • •	• • • •	••••	• • • • •	••••	•••••	• • • • • •	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1189)
跰	ξ.	摆	• •		• • • •	••••	••••	••••	• • • •	••••		••••	•••••	• • • • •	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • • •		(1194)
蜂	桶	鼓	舞	•••	• • • •	••••	••••	• • • •	• • • •	••••	• • • • •	••••	•••••		••••	••••	• • • • •	•••••	•••••	••••	• • • • • •		(1207)
	跳	5	家	•••	• • • •	••••	••••		• • • •	••••	• • • • •	•••••	•••••	••••	••••	••••	•••••	•••••	••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1208)
	水	鼓	舞		• • • •		••••		• • • • •	••••	• • • • •	•••••	•••••	••••	• • • •	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1213)
儿	童	舞	• •	• • • •	• • • •	••••	••••		• • • •	••••	• • • • •	•••••		••••	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1219)
ᄜ	谷	魂	舞	•••	• • • •	••••	••••	• • • •	• • • •	••••	• • • • •	•••••	•••••	••••	• • • •	••••	•••••		•••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1226)
丧	葬	舞	••	• • • •	• • • •	••••	••••	• • • •	••••	••••	• • • • •	•••••	•••••	••••	• • • •	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1231)
	臼	棒	舞	•••	••••	••••	••••	• • • •	• • • •	••••	• • • • •	•••••	•••••	••••	••••	••••	•••••	•••••	•••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1233)
	棺	材	舞	•••	• • • •	••••	••••	• • • •	••••	••••	• • • • •	•••••	••••		• • • •	••••		•••••	•••••	••••	• • • • •	• • • • • • • •	(1237)
	舂	: 碓	舞	•••	•••	••••	••••	••••	••••	••••		•••••	•••••		• • • •	••••		•••••	•••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1240)
											4	<b>内</b> [	西	族	舞	異	\$						
纳	西	族	民	间组	舞蹈	Ĭ概	况	•••	••••	••••	• • • • •		•••••	••••	• • • •	••••	• • • • •	•••••	••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1247)
东	巴	舞	••	• • • •	••••	••••	•••		••••	••••	• • • • •	•••••	•••••	••••	• • • •	••••	••••	•••••	•••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1253)
哦	忍	仁	••	• • • •	•••	••••	••••	• • • •	••••	••••	• • • • •		••••	••••	• • • • •	••••	• • • • •	•••••	•••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1303)
窝	默	达	••	• • • •	•••	••••	•••	• • • •	••••	••••	• • • • •	• • • • •	••••	••••	• • • •	••••	• • • • •	•••••	•••••	••••	• • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1315)

白沙细乐	*** *** *** *** *** *** *** *** ***	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	(1319)
		•••••••	
		***************************************	
		***************************************	
	瑶族、舞		
瑶族民间舞蹈概况	••••••••••••	•••••	(1365)
		••••••	
		•••••	
		••••••	
		•••••	
		••••••	
		••••••	
		••••••••••••••••••	
		***************************************	
<b>小 上 フ</b> Ŧ			
A 12-24			(1107)
<i>N</i>	藏 族 舞		(1101)
	藏 族 舞	蹈	
藏族民间舞蹈概况	<b>藏族</b> 舞	<b>1</b> 11	(1465)
藏族民间舞蹈概况 ········ 卓 ········		<b>13</b>	(1465) (1469)
藏族民间舞蹈概况 ········ 卓 ···························	藏族 舞	蹈	(1465) (1469) (1493)
藏族民间舞蹈概况 ········ 卓 ···························	藏族舞	蹈	(1465) (1469) (1493)
藏族民间舞蹈概况 ········ 卓 ···························	藏族 舞	蹈	(1465) (1469) (1493)
藏族民间舞蹈概况 ··········· 卓 ························	職 族 舞 景 颇 族 身	12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 1	(1465) (1469) (1493) (1517)
藏族民间舞蹈概况 ··········· 卓 ························	<b>藏族</b> 舞	<b>蹈</b>	(1465) (1469) (1493) (1517)
藏族民间舞蹈概况 ········ 卓 ···························	職 族 舞 景 颇 族 \$	2000年2011年2011年2011年2011年2011年2011年2011	(1465) (1469) (1493) (1517) (1579) (1532)
藏族民间舞蹈概况 ········ 卓 ···························	<b>藏族</b> 集	2000年2011年2011年2011年2011年2011年2011年2011	(1465) (1469) (1493) (1517) (1579) (1532) (1543)
藏族民间舞蹈概况 ········ 卓 ···························	<b>藏族</b> 集	22 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	(1465) (1469) (1493) (1517) (1579) (1532) (1543) (1552)
藏族民间舞蹈概况 ····································	職 族 舞 景 颇 族 非	單 單	(1465) (1469) (1493) (1517) (1579) (1532) (1543) (1552) (1563)
藏族民间舞蹈概况 ····································	職 族 舞 景 颇 族 \$	22 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	(1465) (1469) (1493) (1517) (1579) (1532) (1543) (1552) (1563) (1566)

#### 布朗族舞蹈

布朗族民间舞蹈概况	(1579)
宰 蹦	(1582)
大鼓舞	(1591)
克 广	(1597)
铓 盛	(1602)
蜡条舞	(1605)
利阿朗	(1610)
昆格丧葬舞	(1612)
普米族舞蹈	
普米族民间舞蹈概况	(1617)
普米族舞蹈的常用服饰	
搓	
查蹉舞	
·····································	
芦笙舞	
团结跳	
踩毡角舞	
者 浪	
敬羊舞	
撵鬼舞	
压土舞	
<i></i>	(1002)
怒	
怒族民间舞蹈概况	(1689)
达比亚舞	
嘎	
合盘兀	
阿昌族海舞蹈	
阿昌族民间舞蹈概况	(1737)

避窝罗	·· (1740)
青龙白象舞	·· (1748)
A	
德·昂·族 舞 蹈	
德昂族民间舞蹈概况	(1755)
佛鼓舞	. (1758)
水鼓舞	
象脚鼓舞	• (1770)
基一诺族。舞 蹈	
基诺族民间舞蹈概况	• (1781)
大鼓舞	• (1785)
姑娘舞	• (1795)
儿童舞	
丧葬舞	
水、族、舞、蹈	
水族民间舞蹈概况	(1811)
狮子灯	(1813)
跳 神	
<b>蒙古族舞蹈</b>	
蒙古族民间舞蹈概况	(1835)
跳 乐	(1838)
大白象	
跳蒙家	(1868)
布、依、族、舞、蹈	
布依族民间舞蹈概况	(1879)
马郎舞	
野毛人舞	
狮子舞	

#### 独龙族舞蹈

独龙族民间舞蹈概况	(1905)
剽牛舞	(1908)
民主革命时期群众歌舞 •	
民主革命时期群众歌舞概况	(1935)
金凤子开红花	(1937)
五里亭	(1941)
满三娘劳军	(1947)
后 记	(1052)



# 傈僳族舞蹈

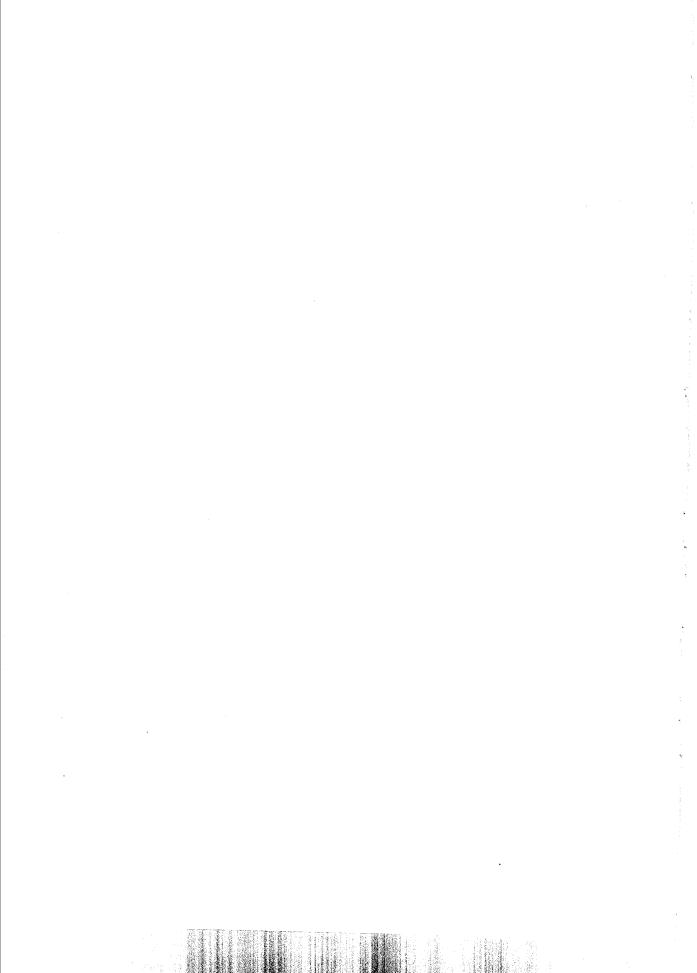
主 编 罗世保(白族)

副主编 葛树蓉

编 辑 向志姜(白族)

林永辉(傈僳族)

责任编辑 葛树蓉



# 傈僳族民间舞蹈概况

傈僳族以怒江傈僳族自治州的福贡、沪水、贡山、兰坪县和迪庆州的维西傈僳族自治县为中心聚居地区,其余则分布在丽江、保山、德宏、临沧、大理、楚雄等地州,与汉族、彝族、白族、纳西族、藏族、怒族、独龙族、普米族、阿昌族、德昂族、景颇族等民族交错杂居。由于各地傈僳族居住环境、习俗、文化的不同,亦形成了本民族中以服饰色彩为标志的差异。怒江州聚居区的傈僳族被称为"黑傈僳"、"白傈僳",其服饰以黑或白色为基调;分散在保山等地的傈僳族被称为"花僳僳",其服饰以红、黄、蓝色为基调。

傈僳族远在公元八世纪以前便居住在雅砻江、金沙江一带,唐代被认为是当时"乌蛮"的一个组成部分,属彝语部落的一支。唐·樊绰《云南志》里的"栗粟"和《新唐书·南蛮传》中的"栗蛮",就是指傈僳族的先民。十二世纪后,傈僳族受丽江路军民总管府(元代)和丽江土知府(明代)木氏土司的统治。在木土司与西藏农奴主的争夺战争中,因不堪木土司的重压,傈僳族在头人木必扒的率领下,开始了第一次大规模的迁徙。大批的傈僳人渡澜沧江,翻越碧罗雪山到达了怒江两岸。十七世纪至十九世纪的二百多年间,傈僳族人民在清王朝残酷的压迫和统治下,再次被迫进行了两次更大规模的迁徙:一部分沿澜沧江进入德宏地区,再往南入临沧、耿马等地;另一部分沿金沙江两岸南迁进入楚雄、武定、元谋、禄劝一带。经过几次较大规模的迁徙,一方面使傈僳族的居住区域从狭长的河谷地带扩大到云南各地,形成了与其他民族交错杂居的大分散、小聚居的状态;另一方面,受各地不同民族经济、文化发展不平衡的相互影响,导致了傈僳族内部生产力水平的显著差异,尤其是形成了内地和边远地区的社会、经济、文化发展的不平衡状态。中华人民共和国建立以前,靠近内地的丽江、大理、保山等地区的傈僳族,已进入封建地主经济,其生产力的发展水平接近于当地汉族、白族,怒江地区由于地处高山峡谷,交通不便,与外界几近隔绝,因此社

会发展缓慢,生产力水平低下,仍处于原始社会末期,滞留于原始的刀耕火种状态,采集和 狩猎仍是重要的生产活动。

与一定的社会经济基础相适应,各地傈僳族在社会组织、婚姻制度、宗教习俗、物质和精神文化等方面,也都有自己的特点。有些特点也反映在舞蹈文化中。

在社会组织方面,一些地区的傈僳族内部还不同程度地保存着氏族组织名称和氏族制度残余。他们把同一祖先的后代所组成的集团称为"初俄"(即"氏族"),每个氏族皆把认为与本氏族有关系的某种动物或植物做为本氏族的标志,进行图腾崇拜,并用来作为自己氏族的称谓和代号。计有虎、熊、猴、蛇、鸟、蜂、鱼、荠、麻等十多种氏族的名称,这些以动植物命名的氏族,同时也以该动植物作为图腾崇拜的象征。每逢节日,各个姓氏的家族、村落就祭自己的图腾,活动中要进行歌舞。维西傈僳族每逢节日要跳"瓦器器",就是用舞蹈讲述一个有关氏族形成和图腾崇拜内容的古老传说。

一夫一妻制是傈僳族婚姻的主要形式,在父权制已建立和巩固的地方,傈僳族青年男女的婚姻多由父母包办,聘礼很重,具有买卖婚姻的性质。同时,在大多保留着母权制残余的地区,还盛行姑舅表优先婚,多由舅舅的儿子娶姑妈的女儿,只有舅舅家不娶,姑妈的女儿才可另嫁人。由于傈僳族青年男女在婚前的社交十分自由,他们可以通过劳动、参加婚礼、丧事、歌舞等活动,选择自己的意中人,但要双方结合,就须由父母同意才行。这样,自由意愿与公开社交所建立的感情便常与买卖婚和包办婚形成矛盾,因而傈僳族青年中时有逃婚现象发生。在傈僳族舞蹈中也有对这一现象的反映。如腾冲"三弦舞"中的《弯当啷呀当啷弯》所唱跳的"蔡三姑娘跑掉了,窦三姑娘逃跑了,背着她爹跑掉了,背着她妈走掉了"就是对这一现象的写照。

在宗教信仰方面,内地的傈僳族大多崇拜祖先,怒江地区的傈僳族则相信万物有灵。对信奉万物有灵的傈僳族来说,"鬼"和"神"的观念还未分化,而统称为"尼"。祭祀卜卦是他们经常进行的活动。无论开荒、种地、盖房、狩猎、丧葬都要祭祀。在丧葬祭祀中还有用歌舞祭祀亡人的习俗。因为,傈僳族人认为,人死了是去到另一个世界,有死的离别,和到新的世界的双重意义。

傈僳村寨每当有人死后,全村人要停止劳动三天,大家要携带着米、酒和肉到死者家致哀,其间要围棺跳舞以示对死者的哀悼,并以歌舞指引死者灵魂回祖先开发地。在兰坪县傈僳族村寨中跳的围棺舞"诗德得",就属这种丧葬祭祀舞。

傈僳族民间舞蹈除了与本民族的社会、婚姻、宗教等有难以割断的联系外,作为一个 能歌善舞的民族,他们还有多种不同类型的舞蹈在民间代代相传。这些舞蹈又各地有别。

怒江地区的舞蹈大致有两种:一种是以沪水为代表的"哇其",另一种以福贡为代表的"迁哦"。"哇其"为傈僳语,意即欢快地跳。有"期奔哇其"和"无伴奏哇其"之分。期奔哇其以傈僳族传统的弹拨乐器"期奔"(三弦琵琶和四弦琵琶)伴奏起舞,有一人或几人自弹自942

跳的,也有弹期奔者站中间,众人围圈跳的。无伴奏哇其则是以踏地为节,男女老少围成一大圈,一步一跺脚或一步一踏地,呼吼着跳。因此,无伴奏哇其显得粗犷和热烈,特别是当参舞者成百上千时,其跺踏声呼吼声震天动地,气势壮观。通常人们所说的哇其指的就是这种无伴奏哇其。

"迁哦"意为用脚轻轻擦地、整齐地跳。舞时,男弹期奔,女吹"笛哩吐"(四孔竹笛),男女各站一边排成行,作男进女退,女进男退,轻盈地踏步转身,整齐地用脚轻轻擦地,缓缓地跳。在表现内容上,哇其和迁哦多反映傈僳族从狩猎、游牧阶段转变为农耕生产的过程和情景,表现深山峡谷中特有的生活环境和动物情态。其中"生产舞"、"破板子舞"、"淘金舞"、"搓溜索舞"、"洗麻舞"、"烧栗炭舞"、"弩弓舞"、"鸡吃食"、"猴抓虱"、"猴子扳包谷"、"小雀翻身"、"野鸡下蛋"、"麦叶舞"、"蕨苗茶"等都是常跳的套路。

维西傈僳族喜跳瓦器器和"阿尺木刮"。瓦器器共十八段,讲述:早时,天地间没有人类,只有一只美丽的鸟。这只鸟用三年三月三天的时间孵蛋,孵出两个男孩来。两兄弟成人后,告别母亲去寻求新的生活。家人分手之际难舍难离,走一步停一停,故舞蹈开始时舞步是缓缓而起,前走一步退跺一脚。接下去是兄弟俩各奔前程,行进在荒野蔓草中,与飞禽走兽打交道,故舞步较前稍快,并有模仿老鸹走路等动作。之后,老大顺江往上走,到了大江源头处,开荒种地,与"鸟姑娘"婚配,生下的儿女又各自成家立业,形成鸟氏族村落。老二沿江往下行,到了大江末尾处,与"鱼姑娘"结成夫妻,繁衍的后代形成鱼氏族村落。从此,傈僳族后辈子孙代代相传,繁衍不息,形成许许多多的氏族。这时舞蹈的节奏更为加快,形成全舞的高潮。瓦器器以期奔、菊律(六孔竹笛)、吉芝(二弦提琴)伴奏。男女老少围圈齐跳。现只有维西能把十八段舞蹈完整地跳下来。

"阿尺木刮"意为"山羊的歌舞"。舞蹈时以歌模拟山羊的声音,以舞模拟山羊的形态, 反映了维西傈僳族长期从事于游牧与狩猎的生活特点。阿尺木刮有十余种不同的跳法。

丽江一带的傈僳族跳"葫芦笙舞",又称"打跳"。打跳时伴以葫芦笙或笛子等乐器,多为舞者并肩挽臂起舞。跳"瓜勒布"则是边甩手边跺地;"子牙富"又叫"纺麻线",舞蹈时是二人相对边跳边对脚;"蛮跳"又叫"两步跳",男的跳,女的则收脚。"亲棚跳"是举行婚嫁时搭着棚子在棚下跳的,跳时要成双成对,以喻白头偕老之意。

保山和德宏地区的傈僳族,普遍喜欢跳"三弦舞"和"跳嘎"。三弦舞以小三弦为主要伴奏乐器,曲调多短小、活泼、欢快、配有唱词,内容与傈僳族的日常生活和爱情生活关系密切。其中《小姑娘呀来跳舞》、《我们打歌要伙伴》、《你我相处跳过舞》、《我们孤儿多可怜》是经常跳的。动作风格有两种:龙陵为"蹉跺顺拐型",腾冲为"跳踢摆动型",后者较轻快、跳跃;前者较稳健、顿挫。跳时,形式有多种,或围圈、或对跳、或穿花。

跳嘎是一种无伴奏的歌舞形式,由年长或有威望并善舞者充任嘎头,领唱领舞,众人围圈牵手,随之相和"哟呀尼罗""相江多来相江多"或"哟哟呀例""四加多多四加尼多",边

歌边舞,大多是脚上动作。跳嘎又因活动场合不同而分为"过年嘎"、"过节嘎"、"串亲访友嘎"、"生日嘎"、"分家嘎"、"庆丰收嘎"、"新房落成嘎"等。跳时,舞蹈动作相同,唱词不同。

临沧傈僳族喜"跳歌",有"直歌"和"花花歌"两种。直歌动作变化小,速度较慢,花花歌动作变化大,热烈欢快,边跳边穿花。代表性节目有《岩子头上剥山驴》、《草根树根要挖掉》、《摘桃子歌》、《摘蕨蕨歌》、《春米头》、《扫地歌》、《山水进江》、《江边歌》。《江边歌》表现傈僳族在江边对耍的场面,用"踏地擦脚"、"靠脚"和"送胯"等动作,较形象地模仿人们在江边用双脚溅水扒沙的姿态。现临沧多个县均属高寒山区,已无水可溅,无水可戏。这些舞蹈从一个侧面反映了傈僳族生存环境的历史变迁。

大理一带的傈僳族多"打歌"。打歌时有坐唱山歌的,也有站跳的。山歌分两大类,一类是"木刮布",是告诫性的古歌;另一类是"哟义义",即男女对唱的抒情调。这两类调子在打歌场上,由一男一女或坐或蹲在场边,身体轻轻晃动着,手托腮部伴唱,所唱节奏与舞蹈动作不完全协调一致。随意性很强。舞者则排成一字横排,以葫芦笙伴奏,同时众人随之发出"噢噢"的吼叫,整体看似赶山奔跑。"赶街"、"迎亲"、"合脚"、"背荞舞"是常跳的套路。

楚雄傈僳族称跳舞为"咕扎"。跳咕扎时有两种队形;或围圈,吹奏乐器者站中间,舞者逆时针方向跳转;或面对面站横排,吹奏者排在其中一排末尾,舞队横排移动。舞蹈多是摹拟动物行为和生产、生活的。诸如"撵麂子"、"斑鸠吃水"、"哄娃娃"、"打窗封"等。

傈僳族舞蹈虽然各地不同,但舞蹈与酒连在一起,与年节连在一起却是各地相同的。 正所谓"无酒不舞"、"逢节必跳"。每逢过年节时,总要煮一锅"杵酒"(用玉米、高粱、大麦或小米为原料酿制的低度食酒,味淡略回甜,爽口又解渴。)喝得微醉之后,男女老少翩然起舞,这可说是傈僳族舞蹈所具有的两个共同特点。

(执笔:葛树蓉)

# 哇 其

#### (一) 概 述

"哇其"是傈僳语,意为"欢快地跳(舞)"。此舞普遍流传在怒江地区的傈僳族民间。

哇其有七十多个套路,其中有表现舞技的"一步跺"、"两步跺"、"三步跺"、"拍手跳"、"翻身跳"、"踩翻跳";模拟飞禽走兽的"乌鸦喝水"、"乌鸦找食"、"乌鸦走在树木上"、"母鸡找食"、"豹子甩尾巴"、"马踢舞"等;反映生产劳动的"生产舞"、"破板子舞"、"簸簸箕舞"、"洗麻舞"、"栽秧舞"、"撒荞舞"、"栽漆树舞";反映日常生活的"背娃娃摇摆"、"拣核桃"、"赶早饭";反映撵山狩猎的"打猴子"、"毒箭追食";模似植物生长态势的"漆穗跳"、"麦叶舞"、"荞叶"等;反映战争械斗的"打弩弓舞"、"盔甲舞"等等。反映的范围十分广泛。

在哇其中,最具代表性的节目是生产舞和破板子舞。生产舞以其普及面广、男女老少皆喜参与,从而成为哇其中拥有舞者人数最多的集体自娱性舞蹈。它反映的是傈僳族刀耕火种的原始生产劳动过程和以弓弩狩猎的情形。舞蹈把砍火山地、挖整山地、执棍剟地、点种、撵雀、打猴子、赶老熊、收获、春碓等内容,形象地一一展现出来。

破板子舞傈僳语称作"塞角扒果皮克哦",意为"有力气的人破板子"。属男子自娱性集体舞,不仅在怒江一带广为流传,也在保山一带的傈僳族村寨流传。舞蹈表现的是起屋盖房时,从选树择材到砍伐树木、解剖圆木、劈砍成块的整个劳动过程。由于在傈僳族的生活中,砍伐和解剖树木均由男子承担,加之该舞动作幅度大、力度强、节奏快,因此过去一直只是青壮年男子跳。近年来,在有的村寨中也开始有女子参加跳此舞,以示自己与男子一样强壮有力。该舞可在室外也可在新建好的房屋里跳。在屋内跳时,脚步的跺踏声越响,动作力度越强、舞蹈气氛越烈,房主人就越高兴,因为这说明他的房子盖得结实,可以长住

久安。

哇其与傈僳族劳动生产生活紧密联系,舞蹈形象生动,对称动作多,节奏鲜明,速度快捷,跺抬有力,热烈粗犷。有形象丰富的上身和手的动作,变化快捷的脚步动作。跳时,无任何乐器伴奏,也不用道具,舞者在跳的过程中同声齐呼"提、尼、撒、撒!"既是统一动作的指令,又为热烈的舞蹈增添了高昂的气氛。哇其起舞时间长短灵活自便,除丧葬外,其它场合均可起舞,参舞人数和场地均无限制,因而极易普及,是傈僳族男女老幼皆喜参予的集体自娱性舞蹈。

#### (二) 造型、服饰、道具

#### 造 型



#### 服 饰(均参见"造型图")

- 1. 男舞者 头戴黑布包头,上身内穿细麻布对襟衣,外套自制的粗麻布无扣长衫;下穿宽边大裆黑(或蓝)色长裤,多打赤脚。
- 2. 女舞者 头戴饰须黑布包头,上穿右衽绣花布扣上衣,下穿宽边黑色筒裤,系饰边围腰。耳佩由珊瑚、贝壳等琢成的耳环、耳坠。腰、胸、颈佩挂由大小贝壳串联成的挂珠,穿黑布鞋。

#### (三) 动作说明

#### 基本动作

#### 1. 踏跺步

第一拍 左脚向左前跨出用力踏地屈膝为重心,同时右腿屈膝勾脚快速前吸,上身随之稍后仰,双臂屈肘上甩(见图一)。



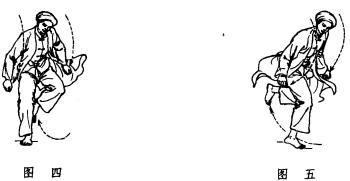
第二拍 右脚在左前用力跺地,同时左腿屈膝后抬,双臂屈肘用力甩至身两侧,上身顺势前俯(见图二)。

#### 2. 踏踢颠刨步

第一拍 左脚向左前迈步踏地,同时右腿微屈前踢,双手经前甩至头两侧,上身随之稍后仰(见图三)。

第二拍 保持第一拍姿态,左脚原地颠跳一下。

第三~四拍 右脚向后撤一步,左脚经稍前抬快速以前掌擦地后踢随即提吸,同时双手向下甩至身后,上身随之稍前俯,右脚顺势颠跳一下(见图四)。



#### 3. 单跳刨吸步

第一拍 左脚向左轻跳一步,同时右脚稍前踢,双手向前下方甩。

第二拍 左脚原地颠跳一下,同时右脚由前擦地后踢随即提吸,上身稍前俯,双手甩向后下方。

4. 双跳刨吸步

第一拍 双腿并拢稍屈膝向左前跳一步,落地时上身稍仰,顺势向左前送胯,双臂屈 肘甩向前上方,目视前上方。

第二拍 双脚向右后跳一步,右脚落地,同时左脚前脚掌向后擦地"刨"起,双手甩向 后下方,上身稍前俯(见图五)。

#### 5. 跺踏吸步

第一拍 右脚上一步用力跺地,同时左腿屈膝后抬,双手由上向下甩,上身顺势前俯, 目视下方。

第二拍 左脚在后踏地,同时右腿向上提吸,双手甩向后下方(或前上方),上身微前俯。

6. 踏吸

做法 左脚向左横移一步踏下,腿顺势稍屈膝;右腿随之稍前吸。一拍完成。

7. 跺抬

做法 右脚向前迈一步跺地顺势屈膝为重心,同时左小腿后抬 45 度。一拍完成。

8. 踏踢

做法 左脚向后踏地顺势稍屈膝,同时右腿稍前踢。一拍完成。

9. 颠擦

做法 左腿膝微屈伸颠颤一下,同时右脚前脚掌由前向后经擦地刨回成小吸腿。一拍 完成。

10. 蹲拍

做法 左腿屈膝下蹲,同时右腿屈膝前伸用脚掌拍地一下。一拍完成。

11. 颠抬

做法 左膝徽屈伸颠颤一下,同时右腿提膝前抬。一拍完成。

#### 套路动作

1. 一步跺

第一~二拍 做"双跳刨吸步"。

第三~十八拍 做"踏踢颠刨步"四遍(第七拍时喊"提!";第十一拍时喊"尼!";第十 五拍和第十七拍时喊"撒!")。

第十九~二十拍 做"踏跺步",动作幅度稍小。

第二十一~二十二拍 做"单跳刨吸步"。

第二十三~二十六拍 做第十九至二十二拍的对称动作。

948

第二十七~二十八拍 做"单跳刨吸步"。

第二十九~三十拍 做"单跳刨吸步"的对称动作。

2. 二步跺

第一~十八拍 同"一步跺"的第一至十八拍。

第十九~二十二拍 做"踏跺步"两遍,动作幅度稍小。

第二十三~二十四拍 做"单跳刨吸步"。

第二十五~三十拍 做第十九至二十四拍的对称动作。

第三十一~三十二拍 做"单跳刨吸步"。

第三十三~三十四拍 做"单跳刨吸步"的对称动作。

3. 三步跺

第一~十八拍 同"一步跺"的第一至十八拍。

第十九~二十四拍 做"踏跺步"三遍。

第二十五~二十六拍 做"单跳刨吸步"。

第二十七~三十四拍 做第十九至二十六拍的对称动作。

第三十五~三十六拍 做"单跳刨吸步"。

第三十七~三十八拍 做"单跳刨吸步"的对称动作。

4. 拍手跳

第一~十八拍 同"一步跺"的第一至十八拍。

第十九~二十拍 做"双跳刨吸步"。

第二十一~二十二拍 做"踏踢颠刨步"。

第二十三~二十六拍 反复第十九至二十二拍的动作。

第二十七~二十八拍 做"双跳刨吸步"。(表演时跳回原位后,舞者互相撒开手)。

第二十九拍 左脚向前迈一步重踏地,右脚随之跟上小腿后抬,同时双手甩至头两侧 (掌心相对),上身稍仰,目视前方。

第三十拍 左脚原地轻跳一下,同时右腿提膝前抬,以左脚为轴左转半圈,双手由上往下呈"×"形路线击掌挥至两肋后方,目视击掌点。

第三十一拍 右脚后退一大步踏地,同时左脚提膝前抬,双手自然甩向后下方与舞伴手相扣,目视对方,上身稍前俯。

第三十二拍 右脚向后轻跳半步,双脚并拢落地,顺势稍屈膝,双臂屈肘后甩,耸肩,上身稍前俯。

第三十三~四十四拍 (面向 4 点)反复第二十一至三十二拍的动作。

5. 翻身舞

第一~二拍 左脚迈向左前做"单跳刨吸步"。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 左脚向前上半步踏地,右转四分之一圈,右腿顺势提膝前抬,同时双臂屈肘上举,上身稍后仰,目视上方。

第六拍 右脚向前迈步跺地,同时左小腿后抬,双手甩向前下方,上身随之稍前俯。

第七拍 左脚向后一步踏地,上身左转四分之一圈,同时右腿提膝小腿回勾稍前吸, 双手自然甩动。

第八~十拍 做第五至七拍的对称动作。

第十一~十三拍 反复第五至七拍的动作;第七拍右小腿回勾后随即前撩,双手向上 甩动,上身顺势稍仰,目视上方。

第十四~十五拍 同第六至七拍。

第十六~二十拍 做第十一至十五拍的对称动作。

第二十一~二十三拍 同第五至七拍。

第二十四~二十五拍 做"跺踏吸步"。

第二十六~二十七拍 同第六至七拍。

第二十八~三十四拍 做第二十一至二十七拍的对称动作。

第三十五~四十拍 同第五至十拍。

- 6. 生产舞
- (1)砍火山地

第一拍 脚做"踏吸"顺势左转四分之一圈,同时双臂屈肘半握拳抱于胸前(见图六)。







图七

第二拍 脚做"跺抬",上身稍前俯,双手由拳变掌,右手至左肩前掌心向下往右前下 方挥动,右手自右胸前向左后下方挥动(见图七)。

第三拍 脚做"踏踢",上身立起,同时双手半握拳抱于胸前。

第四拍 脚做"颠擦"右转四分之一圈,双手自然甩动,目视前方。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十一拍 同第一至三拍。

950

第十二~十四拍 同第二至四拍。

第十五~二十拍 做第九至十四拍的对称动作。

第二十一~二十三拍 同第一至三拍。

第二十四~二十七拍 做第二至三拍的动作两遍。

第二十八拍 同第四拍。

第二十九~三十六拍 做第二十一至二十八拍的对称动作。

第三十七~四十四拍 同第一至八拍。

(2)挖地

第一拍 脚做"踏吸"左转四分之一圈,同时双手右手高左手低半握拳上举,(似举锄状),上身稍后仰,目视双手。

第二拍 脚做"跺抬",同时双拳向前甩落至膝上方,再迅速向腹前屈肘收回(似挖地状),上身稍前俯,目视左手。

第三拍 脚做"踏抬",上身立起,同时双手握拳抱于胸前,目视前方。

第四拍 脚做"颠擦"右转四分之一圈,双手自然甩动,目视前方。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第九至四十四拍,反复做第一至八拍手的动作。

#### (3)种包谷

第一拍 同"砍火山地"的第一拍。

第二拍 脚做"跺抬",同时右臂屈肘半握拳举至右上方,再迅速 用力捣下(似持棍剟地状),左臂屈肘半握拳摆向左侧,上身前俯,目视 前下方。

第三拍 左脚踏地,右腿提膝小腿外摆,右手握拳向右上方挥动(似拔棍状),左手"剑指"插向左前(似点种),上身稍左倾,目视左手(见图八)。



图八

第四拍 脚做"颠擦"右转四分之一圈,双手自然甩动,目视前方。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第九至四十四拍,反复做第一至八拍手的动作。

#### (4)薅地锄草

第一~二拍 同"挖地"的第一至二拍。

第三拍 脚做"踏踢",双手掌心相对于胸前做团草状(见图九)。

第四拍 脚做"颠擦",双臂自前上方分开甩落于身两侧双拳放开似甩草状(见图十)。



图九



图十

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第九至四十四拍,反复做第一至八拍手的动作。

#### (5)打水

第一拍 脚做"踏吸",左臂屈肘掌心向上抱于身左侧、指尖指向左肋(似抱筒状),右臂屈肘掌心向下自胸前向右平划(似荡水伏)。

第二拍 脚做"踏踢",左臂保持原姿态,右臂前伸手于腹前掌心由向下翻成向上(似舀水状),上身前俯,目视右手(见图十一)。

第三拍 脚做"踏踢",右手在左臂圈中掌心由向上翻成向下(似倒水状),上身顺势直起。

第四拍 双脚做"颠擦",双手自然甩动,目视前方。

第五~八拍 同第一至四拍。

第九~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第九至四十四拍,反复做第一至八拍手的动作。

#### (6)背水舞

第一拍 脚做"踏吸",双臂屈肘上举拳至两耳上方(似套背绳于额前),同时身体转向左前(见图十二)。



图 十一



图 十二

第二拍 脚做"颠抬",双臂保持原姿态。

第三拍 脚做"颠抬",双拳向头后上方稍举,头向下点一下。

第四拍 脚做"颠擦",双臂自然甩动,面转向正前。

第五~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第五至四十四拍,反复做第一至四拍手的动作。

#### (7)撒养种

第一拍 双脚做"踏吸",左臂向内屈肘、手成半握拳抵于胸前,右手自左臂圈内做胸抓养种状后握拳举至右肩上方成拳心朝前,身体转向左前,目视右手。

第二拍 双脚做"踏抬",左臂姿态不变,右臂屈肘手向前甩出(如撒种状),目视右手。

第三拍 双脚做"踏踢",右臂屈肘手握拳至右耳旁。

第四拍 双脚做"颠擦",双手放开在身两侧甩动,面转向前。

第五~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第五至四十四拍,双手反复做第一至四拍中手的动作。

#### (8)撵雀

第一拍 双脚做"踏吸",左手掌心向上抬至胸前,右手举至颈左成掌心向左下方,同时身体转向左前方,目视正前。

第二拍 双脚做"跺抬",双手于胸前快速击掌顺势上举旁分,并口呼"嗤!",上身微仰(见图十三)。



图 十三



图 十四

第三拍 双脚做"踏抬",双手动作同第一拍,口呼"嘎!",目视右手。

第四拍 双脚做"颠擦",身体转回向前,双手自然甩动,目视前方。

第五~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第五至四十四拍,反复做第一至四拍手的动作。

#### (9)打猴子

第一拍 双脚做"跺抬",左手半握拳于左胸前,右手半握拳于左手前如端弩弓状,上身拧向左前,目视前方(见图十四)。

第二拍 双脚做"跺抬",双臂用力向前杵出(如放弩弓箭状),目视右手,上身稍俯。

第三拍 双脚做"踏踢",双臂动作同第一拍,目视前方。

第四拍 双脚做"颠擦",双手自然甩动,目视前方。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第九至四十四拍,反复做第一至八拍手的动作。

#### (10)收包谷

第一拍 脚做"踏吸",右手虚握拳抬于右腹前,左手掌心朝上向左摆,顺势翻掌成虎口朝下摆至左侧(如拨开包谷杆状),上身随之拧向左前,目视前方(见图十五)。

第二拍 脚做"跺抬",左手掌心朝上贴于左后腰,右手掌心朝下伸向 前上方顺势翻腕由掌变半握拳,再稍向上方往回勾手(如掰包谷状),上身 稍前俯,目视右手。

第三拍 脚做"踏踢",左手手心向上背至身后(如托背篓状),右手上 甩至右肩上方(如向背篓中放包谷状),上身随之稍后仰,目视右手。



图 十五

第四拍 脚做"颠擦",双臂自然甩动,目视前方。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第九至四十四拍,反复做第一至八拍手的动作。

#### (11)割恭子

第一~二拍 脚做"踏吸"接"跺抬",双臂模拟割荞子动作,同时上身稍俯向左前,眼 先视前下方再视右手。

第三拍 脚做"颠抬",双臂模拟捆荞动作,上身立起,目视双手。

第四拍 脚做"颠擦",双臂自然甩动,目视前方。

第五~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第五至四十四拍,反复做第一至四拍手的动作。

#### (12)打荞子

第一拍 脚做"踏吸"转向左前,双臂稍屈肘半握拳举至头上方 (如举棍状),目视右手。

第二拍 脚做"跺抬",双手半握拳直臂变掌下击(如拍物状), 上身顺势稍俯,目视前下方(见图十六)。

第三拍 脚做"踏抬",双臂动作同第一拍,上身随之立起,目视前上方。

第四拍 脚做"颠擦",双臂由上往下自然甩落,目视前方。

954



图 十六

第五~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第五至四十四拍,反复做第一至四拍手的动作。

#### (13)春碓

第一拍 左脚向左前迈一步踏下,提右脚稍屈膝前抬,双手叉腰,身体稍后仰并转向左前方。

第二拍 脚做"跺抬",上身前俯,双手叉腰,右肩前摆,目视前方。

第三拍 脚做"踏抬",上身稍后仰,双手叉腰,右肩前摆再还原,目视前方。

第四拍 脚做"颠擦",双手叉腰,目视前方。

第五~四十四拍 脚动作同"砍火山地"的第五至四十四拍,反复做第一至四拍手的动作。

#### 7. 破板子舞

准备 全体舞者围圈"扣手",自然站立。

第一~八拍 做"踏跺步"四次。

第九~二十拍 做"踏踢颠刨步"三次(第九拍喊"提!";第十三拍时喊"尼!";第十七 拍和第十九拍时喊"撒!")。

第二十一~二十二拍 做"踏跺步"。

第二十三拍 左脚向左后退跺半步,右腿同时迅速勾脚前吸,上身后仰,双臂屈肘上甩与头齐。

第二十四拍 右腿向右摆膝脚踏跺于右后半步处屈膝右转四分之一圈,左腿随之向前稍吸起小腿后抬,双臂稍屈肘向后甩,上身前俯(见图十七)。

第二十五拍 左脚上一大步用力跺地,同时右腿屈膝开胯旁抬,双手前甩(见图十八)。



图 十七



图 十八



图十九

第二十六拍 右脚原位跺下,左腿稍屈膝微开胯小腿后抬,双手向上甩与耳平,上身稍后仰(见图十九)。

第二十七拍 左脚向左后摆腿跺下,顺势左转四分之一圈,同时右腿稍前吸,双手向下甩,上身稍左倾。

第二十八拍 左脚原地颠跳一下右转四分之一圈,同时右腿屈膝开胯后抬,双手自然 甩动。 第二十九~三十拍 同第二十四至二十五拍。

第三十一拍 同第二十八拍。

第三十二~三十五拍 反复第二十六至二十七拍的动作两遍。

第三十六拍 同第二十八拍。

第三十七~三十八拍 同第二十四至二十五拍。

第三十九拍 左腿屈膝原地轻跳一下,同时右腿稍前吸,双手自然摆动,上身微前俯。

第四十~四十三拍 反复第二十六至二十七拍的动作两遍。

第四十四拍 同第二十八拍。

第四十五拍 右脚后退半步跺地,左脚随之收回腿稍前吸,双手自然前甩。

第四十六拍 右脚轻跳一下左转四分之一圈,同时左腿屈膝开胯向左后方稍摆起,双手自然后甩。

第四十七~六十九拍 做第二十二至四十四拍的对称动作。

第七十拍 左脚向左轻跳一步,右腿顺势稍前踢,双手向前下方甩动。

第七十一拍 左脚原地颠跳一下,同时右脚由前经擦地后刨顺势稍前吸,上身略前俯,双手自然甩向后下方。

第七十二~七十三拍 做第七十至七十一拍的对称动作。

第七十四~七十五拍 同第七十至七十二拍。

### (五)跳 法 说 明

除破板子舞外,跳其余舞蹈套路时人数、地点不限,可男女围圈跳,也可男女分站两排对面起舞;因对称动作较多,跳时队形一般没有大的移动。舞者多在跳舞告一段落时直身仰头,愉快地齐呼:"哇溜马,霞溜马!"(哦,我们跳得多么好,多欢畅!)。

破板子舞多在新建好的房屋内跳,有时节日喜庆中也跳。主要是男性参加。跳时,全体围圈"扣手";在做第九至二十拍上步"踏踢"时,众舞者齐呼"提、尼、撒撒!"。

以上每一套路动作均可无限反复地跳,直至尽兴为止。

传 授 阿拿中扒(傈僳族)、 那过匝(傈僳族)、

余建芹(傈僳族)

编 写 志 姜(白族)、葛树蓉

插 图 刘永根

资料提供 蔡何英、杨复秀

邬兴家、欧国清(傈僳族)

执行编辑 葛树蓉、梁力生

# 迁 哦

#### (一) 概 述

"迁哦"流传在怒江的福贡县和兰坪县傈僳族村寨中。"迁",傈僳语,意为弹或擦,有 "用脚掌轻轻擦地"之意;"哦"是"式样、种类"。

迁哦属自娱性的集体舞。舞时男女各站一排,对面起舞。男弹期奔或吹横笛,女吹笛哩吐或弹口弦,男进女退,女进男退。所有动作都有严格的对称性,一进一退、左右擦地很有规律。舞时,多以腰部和胯部的扭摆带动身体做斜向或横向的摆动。男子呈双肩一高一低的斜向摆动;女子呈双肩一前一后的横向摆动。在做擦地收脚时,韧劲尤为突出。

迁哦无论在喜庆活动中和驱邪赶害的各种活动中均可以跳。过去都是在屋内进行。每当傈僳族聚会时,在设有火塘的傈僳族木楞楼上,以火塘为界,一方是人们饮酒、闲谈、对调子的地方,另一方则是跳迁哦的场地。为了不影响同屋饮酒、闲谈、对调子的人们,跳迁哦的人都尽量使舞步轻盈地不发出踢踏的响声,而只听见"嚓嚓"的脚步声。也由于受到房屋场地的限制,使得动作幅度不能太大,因此更增添了迁哦轻盈恬静之感。近几年来,有的傈僳族青年也到屋外的庭院和坪地上跳,动作相对放开了一些,但总体上仍保持原有的风格。

#### (二) 音 乐

迁哦由舞者分别手执期奔、笛哩吐和口弦边奏边舞。期奔是傈僳族一种木制的民间弹

拨乐器。形似汉族的琵琶,共鸣箱有椭圆形、长方形和三角形多种。琴身全长约 45 厘米,张三或四根粗细相同的金属弦(早期用羊筋弦)。有指板,无品位。弹奏时以右手拇指和食指同时相向拨弦,左手多用食指和中指按弦,不换把位。可弹奏和声。旋律音多由右手食指拨动。定弦有二十余种,因曲调的不同而改变定弦音,有时会出现三、四弦高于一、二弦的高低音倒置现象。常用定弦有 6 1 3 6; 6 1 6 2; 6 2 3 1; 1 3 2 5; 6 1 3 6; 1 1 5 3; 5 7 6 2; \*1 3 \*4 5 等。

起步

传授 阿邓此(傈僳族) 记谱 邓六利(傈僳族)

曲谱说明:此曲伴奏乐器期奔定弦为6136,下同。

#### 一 步 舞

传授 阿邓此 (傈僳族) 邓六利 (傈僳族) 李尚华 (傈僳族)

 1 = A 中速

  $\frac{2}{4}$  6 6
 2 | 6 6
 2 | 1 6
 2 6 6
 1 6 2 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2 3 1 | 2

958

传授 阿邓此 (傈僳族) 记谱 李向才 (傈僳族) 霜现月 (傈僳族)

 1 = A 中速

  $\frac{2}{4}$  5 3 5 1 | 6 6 2 6 | 6 1 2 6 | 1 6 2 6 | 6 1 3 1 | 6 1 3 1 |

 1 6 2 2 | 1 6 2 | 2 3 1 | 2 3 1 | 1 6 2 | 1 6 2 |

 5 3 1 | 1 6 2 | 2 3 5 1 | 1 6 2 |  $\frac{3}{4}$ 
 $\frac{3}{4}$   $\frac{22}{4}$  

 1 2 1 2 |  $\frac{2}{4}$ 

#### 三步舞

传授 普负叶 (傈僳族) 记谱 李尚华 (傈僳族) 李向才 (傈僳族)

 1 = F
 中速

 2
 6
 6
 5
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 <t

传授 友阿博(傈僳族) 记谱 李向才(傈僳族) 李尚华(傈僳族)

 1 = F 中速

 2/4 63 6 | 63 6 | 65 31 | 65 31 | 63 6 | 63 6 |

 3 5 6 i | 3 5 3 1 | 6 3 6 | 6 3 6 | 3 5 6 i | i 6 6 |

 i 6 6 i | i 6 6 | 3 i 6 3 | i 6 6 | 6 i 6 3 | i 6 6 |

 i i 3 i | i 6 6 |

## 脚跟摆舞

传授 友阿博(傈僳族) 记谱 霜现月(傈僳族) 李向才(傈僳族)

 1 = F 中速

 2 3 6 3 3 | 3 5 2 | 6 5 3 3 | 3 5 2 | 3 5 3 3 | 3 5 3 3 |

 3 5 2 | 3 5 2 | 6 5 3 3 | 3 6 3 3 | 3 5 2 | 3 5 2 |

 3 6 3 3 | 3 5 2 | 6 5 3 6 | 3 5 2 | 3 6 3 3 | 3 5 2 |

 960

### 脚搓打舞

传授 迪路慢(傈僳族) 记谱 李尚华(傈僳族) 李向才(傈僳族)

曲谱说明:此曲伴奏乐器期奔定弦为 6136。

### 做客舞

传授 迪路慢 (傈僳族) 记谱 李向才 (傈僳族) 霜现月 (傈僳族)

曲谱说明:此曲伴奏乐器期奔定弦为 6 1 3 6 ,下同。

### 逗 妹 舞

传授 斗叶恒(傈僳族) 霜现月(傈僳族) 李向才(傈僳族)

 1 = F 中速

 2 6 2 6 5 | 6 2 6 | 1 6 3 2 | 3 6 3 | 3 6 3 2 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 1 6 3 | 3 5 3 2 | 3 5 3 2 | 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 5 3 2 | 1 6 3 | 1 6 3 | 3 3 2 |

 1 6 3 | 3 5 3 2 | 1 6 3 | 1 6 3 | 3 3 2 |

 3 3 5 1 6 3 | 2 1 6 3 | 3 3 2 |

 1 6 3 | 3 5 3 2 |

 3 3 5 1 6 3 | 2 3 2 |

 1 6 3 | 3 5 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 3 3 5 1 6 3 | 2 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 1 6 3 | 3 6 3 2 |

 2 6 3 | 3 6 3 2 |

 3 6 3 2 |

 3 6 3 2 |

 4 6 3 |

 5 6 2 6 |

 6 7 6 2 |

 7 7 7 6 2 |

 8 7 7 6 2 |

 8 8 7 7 6 2 |

 9 6 2 |

 1 6 3 2 |

传授 王马夺(傈僳族) 记谱 和永祥(傈僳族) 邓六利(傈僳族)

> 传授 普付益(傈僳族) 记谱 李向才(傈僳族) 李尚华(傈僳族)

 $1 = {}^{b}B$  中速  $\frac{2}{4} \ 353 \ 32 \ | \ 353 \ 32 \ | \ 353 \ 32 \ | \ 353 \ 12 \ | \ 63 \ | \ 12 \ | \ 11 \ 63 \ | \ 63 \ | \ 12 \ | \ 11 \ | \ 12 \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12 \ | \ 12$ 

曲谱说明,此曲伴奏乐器期奔定弦为 6 6 1 3。

### 抖 草 舞 曲

传授 冷阿木 (傈僳族) 记谱 李尚华 (傈僳族) 李向才 (傈僳族)

 1 = F 中速

 2 3 3 2 | 3 2 3 | 3 5 5 3 | 3 2 3 | 3 5 5 1 | 3 2 3 |

 3 2 3 | 3 5 6 5 | 3 2 3 | 3 2 3 | 3 2 3 | 3 2 3 | 3 2 3 |

 3 6 5 3 2 3 | 2 3 | 2 3 | 3 5 5 1 | 3 2 3 | 6 3 | 3 2 3 |

曲谱说明: 此曲伴奏乐器期奔定弦为 6 1 3 6。

### 春米舞曲

传授 友阿普 (傈僳族) 记谱 霜现月 (傈僳族) 李向才 (傈僳族)

1=F 中速
2 66 65 | 66 6 | 16 6 1 | 66 6 | 15 66 | 65 66 |
6 6 6 | 6 6 6 | 15 66 | 15 66 | 66 6 |
1 6 6 1 | 6 6 6 | 15 6 6 | 15 6 6 | 66 6 |
1 6 6 1 | 6 6 6 | 15 6 1 | 15 6 6 | 15 6 6 | 15 6 6 |
964

<u>i 5 6 6 | i 6 6 5 6 6 5 | 6 6 6 | 5 6 i 5 | 6 6 6 | </u>

曲谱说明:此曲伴奏乐器期奔定弦为 6136,下同。

### 太阳鸟吸花舞曲

传授 迪路慢 (傈僳族) 记谱 李向才 (傈僳族) 李尚华 (傈僳族)

 1 = F 中速

 2/4 6 i 5 | 6 i 5 | 6 i i 5 | 6 i i 5 | 6 i 5 | 6 i 5 |

 i 6 6 5 | i 6 6 5 | i 6 5 | i 6 5 | i 6 6 5 | 6 5 |

 i 6 6 5 | i 6 6 5 | i 6 5 | i 6 5 | i 6 6 5 | 6 5 |

 6 3 6 i | 6 3 5 | 5 6 i i | 5 6 2 | 5 6 2 | 5 6 i i |

 5 6 i i | 5 6 2 | 5 6 2 | 6 i i 5 | 6 5 2 | 6 i i 5 |

 6 5 2 | 2 i 6 | 2 i 6 | 2 i 6 5 | 6 1 5 |

 6 1 2 | 6 1 5 | 6 1 5 |

## 鸽子喂食舞曲

传授 黑付恒 (傈僳族) 记谱 李尚华 (傈僳族) 霜现月 (傈僳族)

 1 = F 中速

 2/4
 2 2 1 2 | 1 6 2 | 2 1 1 2 | 1 6 2 | 2 2 1 2 | 2 2 1 2 |

 1 6 2 | 1 6 2 | 2 1 1 2 | 2 1 1 2 | 1 6 2 |

 2 2 1 2 | 1 6 2 |

 2 2 1 2 | 1 6 2 |

# (三) 造型、服饰、道具

#### 造型



女舞者



男舞者

### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

1. 女舞者 头戴用海螺片或红、白两色珠子串成的"欧勒"("珠珠帽"),戴银铜大耳环或珊瑚耳坠子,穿白色大襟上衣,外套黑色或红色短褂,下着长及脚背的蓝白纱织百褶长裙。胸前斜肩佩带用贝壳,玻璃料珠串成的挂链。



欧 勒



女头饰(正面)



女头饰(侧面)



女短褂



男衣衫

2. 男舞者 头缠黑、蓝或红色包头,穿两旁开叉的黑白横条纹相间的自织灰布无领长衫,扭裆裤,扎宽约 13 厘米的布腰带。

#### 道具

- 1. 期奔 一种民族弹拨乐器。
- 2. 口弦(见"统一图")
- 3. 笛哩吐 用竹制成,长约 11 厘米,直径 1.5 厘米。上抠三个音孔、一个吹口。





笛哩吐

# (四)动作说明

### 道具的执法

- 1. 执笛哩吐(见图一)
- 2. 执期奔(见"造型图")
- 3. 执口弦(见"统一图")

### 基本动作

1. 进退步

男舞者:

准备 站"小八字步",双手"执期奔",双膝微屈。

第一拍 左脚上一步,同时左肩向右绕下弧线上抬带动身体转向右前, 双膝伸屈一次,右脚稍离地。

第二拍 右脚靠向左脚踏地,双膝伸屈一次,同时上身右倾稍仰,脸向左前上方,右脚稍离地(见图二)。

第三拍 右脚退一步,双膝伸屈一次,同时右肩上抬带动上身左倾稍前俯,脸稍向左前下方,左脚稍离地(见图三)。

第四拍 上身保持姿态,左脚靠至右脚旁踏地,双膝伸屈一次。



图 一



图二

967

#### 女舞者:

准备 站"小八字步",双手"执笛哩吐",双膝微屈。

第一拍 左脚上一步,双膝伸屈一次,同时双肩右旋带动身体转向右前,脸向左前,右脚稍离地(见图四)。







图三

图四

图五

第二拍 上身保持姿态,右脚靠至左脚旁踏地,双膝伸屈一次,右脚稍离地。

第三拍 右脚退一步,双膝伸屈一次,同时双肩左旋带动身体转向左前,脸向右前,左脚稍离地(见图五)。

第四拍 上身保持姿态,左脚靠至右脚旁踏地,双膝伸屈一次。

### 组合动作(男女面相对舞蹈)

1. 起步

第一~八拍 做"进退步"两次。

第九拍 做"进退步"第一拍动作。

第十拍 男右脚上半步,双膝顺势伸屈一次,右肩上抬带动上身左倾稍前俯,脸向左前,左脚稍离地;女右脚退一步,双膝顺势伸屈一次,同时双肩左旋带动身体转向左前,脸向右前,左脚稍离地。

第十一~十二拍 同第九至十拍。

第十三拍 左脚向左移一步,同时双肩右旋带动身体转向右前,脸 向左前,右脚稍离地。

第十四拍 右脚向左后做"刨步",同时左腿微屈膝,上身稍左倾(见图六)。

第十五~十六拍 做第十三至十四拍的对称动作。

第十七~二十拍 男退步、女上步交换做第九至十二拍动作。

第二十一~二十四拍 同第十三至十六拍。

第二十五~三十二拍 同第一至八拍。



图六

### 2. 一步舞(提拨提迁)

第一~三十二拍 做"起步"。

第三十三拍 左脚向前上一步,右脚随之靠至 左脚旁稍提起。

第三十四拍 右脚向前轻擦地稍前抬,与对舞者脚相碰,同时左腿微屈膝,上身右拧,脸向左前(见图七)。

第三十五拍 右脚轻擦地收回成右"前吸腿", 同时左腿直膝,上身稍右拧,脸向前。



图七

第三十六~三十八拍 做第三十三至三十五拍的对称动作。

3. 两步舞(提拨尼迁)

第一~三十二拍 做"起步"。

第三十三拍 同"一步舞"的第三十三拍。

第三十四~三十七拍 做"一步舞"的第三十四至三十五拍动作两次。

第三十八~四十二拍 做第三十三至三十七拍的对称动作。

4. 三步舞(三托托,三迁)

第一~三十二拍 做"起步"。

第三十三拍 同"一步舞"第三十三拍。

第三十四~三十九拍 做"一步舞"第三十四至三十五拍的动作三次。

第四十~四十六拍 做第三十三至三十九拍的对称动作。

5. 蹦高(则哦)

第一~二十四拍 做"起步"的第九至三十二拍的动作。

第二十五拍 左脚上前一步,右脚随即靠至左脚旁稍离地。

第二十六~二十七拍 左腿微屈膝,右脚向右前轻轻擦出,与对舞者脚相碰。

第二十八拍 右小腿快速勾脚后抬,同时左腿直膝。

第二十九~三十二拍 做第二十五至二十八拍的对称动作。

第三十三~四十拍 同"起步"的第一至八拍。

6. 脚跟摆舞(崎娜懂哦)

第一~三十二拍 做"起步"。

第三十三拍 左脚上前一步,屈膝,同时右脚轻擦地向右前稍抬起。

第三十四拍 右脚收回(不落地),同时左腿直膝。

第三十五~三十八拍 做第三十三至三十四拍的动作两次。

第三十九拍 左脚为重心,右腿前伸脚跟着地。

第四十~四十一拍 保持姿态,右脚尖向左、右各摆一次,同时左膝屈伸一次(见图八)。

第四十二~四十四拍 同第三十九至四十一拍。

第四十五~四十九拍 同第四十至四十四拍。

第五十~六十六拍 做第三十三至四十九拍的对称动作。

7. 脚搓打舞(期派俄邓哦)

第一~三十二拍 做"起步"。

第三十三拍 左脚上前一步,右脚随之向右前搓地擦出,左膝微屈。

第三十四拍 右脚经擦地收至左脚旁(不落地),左膝伸直。

第三十五~三十八拍 做第三十三至三十四拍的动作两次。

第三十九~四十拍 左膝微屈,右脚顺势自左脚前向前搓地擦出,然后右脚经擦地收至左小腿前,左膝伸直。

第四十一~四十四拍 做第三十九至四十拍的动作两次。

第四十五~四十六拍 右脚往回拍打左小腿两下,左膝随之下颤两次(见图九)。







图八图九

图十

第四十七~五十拍 右脚两拍一次搓打左小腿两下,左膝随之屈伸两次。

第五十一~五十二拍 做右"前吸腿",右脚顺势拍打左腿膝盖部两下,左膝随之下颤 两次。

第五十三~五十六拍 姿态不变,右脚每两拍搓打左腿膝盖部一下,左膝随之屈伸一次。

第五十七~五十八拍 右腿外摆成右"旁吸腿",同时左膝屈伸一次。

第五十九~六十拍 右腿向内关膀,左膝屈伸一次,同时双肩左旋带动上身左拧稍右倾,脸向右前,微低头(见图十)。

第六十一~八十八拍 做第三十三至六十拍的对称动作。

第八十九~九十六拍 同"起步"第一至八拍。

#### 8. 做客舞(能谁哦)

第一~三十二拍 做"起步"。

第三十三~三十四拍 左脚上前一步,微屈膝,右脚在左脚旁踏地一下。

第三十五拍 右脚向前擦出,同时左膝微屈。

第三十六拍 右腿勾脚前踢 45 度,左膝伸直。

第三十七~三十八拍 同第三十五至三十六拍。

第三十九拍 右脚靠至左脚旁前脚掌着地,同时双膝微屈向左转四分之一圈。

第四十拍 左腿微屈膝为重心,右脚尖贴地向外划一小圈,上身微向右拧倾,脸向右前,微低头(见图十一)。

第四十一拍 保持姿态,左腿直膝,同时做右"前吸腿"。

第四十二~四十四拍 同第三十九至四十一拍。

第四十五~五十六拍 做第三十三至四十四拍的对称动作。

第五十七~六十四拍 做"起步"的第一至八拍的动作。

9. 逗妹舞(扎门来哥哦)

第一~三十二拍 做"起步"。

第三十三拍 左脚向左前上一步,同时双膝屈伸一次。

第三十四拍 右脚向左前经擦地稍前抬,同时左膝屈伸一次,面向左前,脸向右前。

第三十五拍 上身保持姿态,右腿收回(不落地),左膝随之屈伸一次。

第三十六~三十七拍 同第三十四至三十五拍。

第三十八~四十二拍 做第三十三至三十七拍的对称动作。

第四十三拍 左脚落地,双膝屈伸一次。

第四十四拍 右脚向后擦地,小腿略后抬,左腿微屈膝。

第四十五拍 右腿屈膝向后踢起,同时左腿直膝,上身前俯(见图十二)。







图 十二

第四十六~四十八拍 做第四十三至四十五拍的对称动作。 第四十九~五十六拍 做"起步"第一至八拍的动作。 10. 搓仙米(娜实岁哦)

第一~三十二拍 做"起步"。

第三十三 左脚上前一步屈膝为重心。

第三十四拍 右膝微屈,右脚向右旁移一步的同时用前脚掌稍向右横搓地一下,同时上身前俯。

第三十五~三十七拍 保持姿态,一拍一次右脚向左连续横向搓地三下(见图十三)。

第三十八~四十一拍 保持姿态,右脚向右一拍一次横搓地四下。

第四十二~五十拍 做第三十三至四十一拍的对称动作。

第五十一~六十八拍 同第三十三至五十拍。

第六十九拍 左脚靠至右脚旁成"小八字步"。

第七十拍 右脚向右前经擦地抬起,同时左膝微屈。

第七十一拍 左膝伸直,同时右腿收至"前吸腿"位。

第七十二~七十三拍 同第七十至七十一拍。

第七十四~七十五拍 右脚拍打左小腿一下,左膝屈伸一次。

第七十六~八十二拍 做第六十九至七十五拍的对称动作。

11. 簸米舞(哦虾扎修哦)

第一~三十二拍 做"起步"。

第三十三拍 左脚上前一步。

第三十四拍 右脚向前经擦地稍踢出,左膝微屈。

第三十五拍 左膝伸直,同时右腿收至"前吸腿"位。

第三十六~三十七拍 同第三十四至三十五拍。

第三十八~四十五拍 右脚先退一步,左脚跟上一步,一拍一步往后退八步,身体随步伐顺向摆动。

第四十六~五十三拍 起右脚,一拍一步向前走八步,身体随步伐顺向摆动。

第五十四~五十八拍 同第三十三至三十七拍。

第五十九~六十二拍 做"起步"第一至四拍的动作。

提示:做第三十八至五十三拍动作时,男退女进。

12. 抖草舞

第一~八拍 做"起步"第一至八拍的动作。

第九~十拍 左脚上前一步,右脚在左脚旁轻踏地一下稍提起,双腿屈膝,面向前方。

第十一拍 右脚向右前擦地前抬约 45 度,左腿微屈膝。

第十二拍 右腿经稍前吸收回原位,同时左腿直膝。

972



图 十三

第十三~十四拍 同第十一至十二拍。

第十五~二十拍 做第九至十四拍的对称动作。

第二十一拍 左脚原位落地,微屈膝。

第二十二~二十五拍 右脚做"刨步"两次。

第二十六~三十拍 做第二十一至二十五拍的对称动作。

第三十一~三十八拍 做"起步"的第一至八拍动作。

13. 舂米舞(照丁哦)

第一~三十二拍 做"起步"。

第三十三拍 左脚向左前上一步微屈膝,面向左前。

第三十四拍 右脚向右前用劲蹬踩(如踩舂杆),上身稍前俯(见图十四)。



图 十四



图 十五

第三十五~三十六拍 重心移至左脚,右腿先前吸约 45 度,再吸腿至约 90 度成右脚 靠左膝,直身面向前(见图十五)。

第三十七~四十拍 做第三十三至三十六拍的对称动作。

第四十一~四十八拍 做"起步"的第一至八拍动作。

14. 太阳鸟吸花舞(恰娜麻皮丝雨天)

第一~三十二拍 做"起步"。

第三十三~五十二拍 做"起步"第九至二十八拍的动作。

第五十三拍 左脚上前一步,顺势做右"前吸腿"。

第五十四~五十六拍 提右脚用脚尖向右前快速点地立即收回落地。每拍一次,做三次。

第五十七~六十拍 做第五十三至五十六拍的对称动作。

第六十一~六十二拍 左脚后退一步随即跳起,同时右脚靠至左脚旁落成"正步"。

第六十三~六十四拍 做第六十一至六十二拍的对称动作。

第六十五~六十八拍 做第六十一至六十四拍的相反动作,向前上步跳并脚。

#### 15. 鸽子喂食舞

第一~二拍 右脚上一步,左脚随之跟上成"正步",眼视对舞者。

第三~四拍 双脚踮起,上身挺立,向前方伸颈嘬嘴,使嘴唇与对方几乎相接,再抬头缩回。

第五~六拍 右脚后退一步,左脚随之后退成"正步"。

第七~八拍 同第三至四拍。

第九拍 男右脚迈出成右"前弓步",上身稍前俯,同时嘬嘴、伸颈;女左脚后退一步,屈膝为重心,上身稍后仰(见图十六)。

第十拍 男左脚上成"正步",同时颈缩回;女收右脚成"正步"。

第十一~十六拍 做第九至十拍的动作三次。

第十七~二十四拍 男女交换做第九至十六拍的动作。

第二十五~三十二拍 同第一至八拍。



图 十六

# (五)跳 法 说 明

迁哦除丧事忌跳外,其余时间均可跳。一般在屋内进行。舞者人数不限,男女成双,各站一排面相对,男弹期奔,女吹笛哩吐或口弦(无乐器者双手叉腰),相对相视起舞。以男进女退、男退女进的形式进行。

跳时一曲一舞,依序接跳,曲终舞止。也可由一排头的男舞者领舞,无限反复某一舞曲及动作,或随意交叉进行。

一般开始时先跳"一步舞"、"二步舞"和"三步舞",尔后再接跳其它舞蹈。

传 授 阿邓此、王马夺、冷阿木、普傅益 友阿普、斗叶恒、友阿博、黑付恒 (以上均为傈僳族)

编 写 李向才(傈僳族)、李尚华(傈僳族) 霜现月(傈僳族)、葛树蓉

绘 图 刘永根

资料提供 管云东、和永祥(傈僳族)

执行编辑 葛树蓉、吕 波

# 山 羊 的 歌 舞

### (一) 概 述

"山羊的歌舞"属集体自娱性舞蹈,傈僳语为"阿尺木刮哇其"。"阿尺"即"山羊","木刮"是歌或调子的意思,"哇其"为跳舞。全句意即"山羊的歌舞"。又因舞蹈流传在迪庆藏族自治州维西县的康普、叶枝、巴迪一带,这里地处澜沧江上段,当地人也称之为"倮当木刮哇其"(倮当,意为江河上段)或"矣乃扒哇其"(矣乃扒,河沟上游的人)。

当地的傈僳老人说,他们从远古祖先起,世世代代居住在大山上,与外人很少往来,朝朝暮暮都跟鸟兽打交道。天长日久,人们似乎听懂了各种兽鸣雀噪,同时也常把自己心中的歌儿唱给他们听,把万种情思向他们倾诉。尤其对自己所饲养的牲畜,感情更为深厚,常常模仿它们的声音动作同它们亲切交谈。于是便形成了"阿尺木刮哇其"这一舞蹈。此种说法反映出一定的生活真实。

维西傈僳族曾长期处于以游牧和采集为生的阶段,进入农业生产的历史不算长,基本上还属于半农半牧的生产阶段。羊是家家必养的牲畜,种庄稼要靠羊粪作肥料;羊肉是主要的肉食之一;羊毛用作擀毡子、毡帽、纺线织布做衣服及带子,是生活必需品;羊皮缝制大褂可以御寒,更是人人都少不了的。羊与他们的生活关系如此亲密,自然会对羊产生一种特殊的感情。尤其是那些长期在深山放牧的人们,与羊朝夕相处,他们了解羊的习性,熟悉羊的声音相貌,似乎真能与羊交流思想感情。"阿尺木刮哇其"就是在傈僳族群众长期的生产生活中创造出来的。

该舞无乐器伴奏,自始至终为踏歌起舞,音乐以领唱与合唱方式构成。参舞者分男女两队,每队有一名领唱者,其余均为合唱。开始由男队或女队先唱均可以。当男队领唱者

唱时,全体参舞者随着节奏顺时针方向走步移动,到合唱部分时,男队成员用衬词帮腔合唱,全体齐跳。然后停止歌唱,全队按合唱时的节奏踏脚起舞两遍。接着女队领唱者歌唱,全体参舞者照样随着节奏顺时针方向走步移动,女队成员亦在合唱部分帮腔合唱,全体同样齐跳。然后停止歌唱,全体按合唱时的节奏踏脚起舞两遍。如此循环往复,可以长时间进行下去。

山羊的歌舞在长期的流传过程中,不断丰富和发展,目前有十余种跳法,每种跳法都有名称,并能自成一个独立的舞蹈。跳时可随人们的习惯、喜好选跳其中一种或几种。目前我们所搜集到的跳法计有十种:"左倮邓"(舞圆环)、"腊腊邓"(进退舞步)、"洒托闭"(三步跺脚)、"阿尺邓"(跳山羊)、"蹉玛邓"(对脚板)、"阿来几"(龙盘旋)、"别别玛"(舞旋风)、"切勒涡只泼"(磨盘旋转)、"矣然邓"(跳迎宾客)、"玛夺坦"(寻求爱侣)。

上述十种跳法中的"切勒涡只泼"、"蹉玛邓"、"矣然邓"等,现在已只有部分老人会跳, "玛夺坦"主要是青年人跳,年纪大一点的人都不参加。各村寨通常跳的主要是"左倮邓"、 "腊腊邓"、"洒托闭"、"别别玛"、"阿尺邓"、"阿来几"等。

舞蹈队形一般有大圆圈、直纵队、半圆弧、曲线形等。动作主要由脚步的跳摆和蹉跺,上身的左右晃摆和臀部的送收、前俯身、抬头、回望等组合而成。舞蹈场地不拘,无论广场、院坝、街头、牧场、草坪都可以跳。

此舞男女老少均可参加。在丧事中也可以跳,但唱词内容有别,并且平时舞队是按顺时针方向转圈,而丧事时则须按逆时针方向转圈。

# (二) 音 乐

本舞每一首歌曲的开头,都有一段长短不一的只唱衬词的歌引,其声颤抖而悠长,宛如旷野里山羊在悠悠长鸣,可作歌曲的过门看待。

曲 腊玉春 (傈僳族) 林永辉 (傈僳族) 林永辉、黄镇方 1 = G 中速 5 5 5 5 5 5 5 2 (男领) (呀 嗬) 年 都 有 + = 月, (女領) (呀 嗬) 年 过 后 又 相 976 週,

(合) 妇女

5

2

1

呀

姐

妹

2 .

心

开

5 6

呀

哈

怀。

(呀

1

嗬

嗬)

嗬)

传授 余红英 (傈僳族) 记谱 林永辉 (傈僳族) 译配 林永辉、黄镇方

叶花咪 (傈僳族) 林永辉(傈僳族)林永辉、黄镇方 1 = D 中速 5 2 5 5 6 6 5 5 (啊) 不 不 不 (男領) 唱 不 我 (女領) (啊) 不 为 什 么 不 不跳

978

## (三) 造型、服饰

#### 造型



### 服 饰(除附图及注明外,均见"统一图")

- 1. 男舞者 头戴用羊毛擀制的毡帽,毡帽边沿围绕一圈红丝线。内穿大襟衣,外穿前襟及两侧开口的自制麻布长衫(参见《迁哦》中男舞者的"长衫"),袖头镶 20 厘米宽的黑布边。腰系黑白相间的羊毛带子,左肩斜挎"腊表"(绣花口袋)。下身穿扭裆裤,裤长及膝,膝盖以下打麻布绑腿,穿兽皮鞋或山草鞋。
- 2. 女舞者 头戴用蓝布制成的尖角帽,帽上饰小贝壳及三块直径 10 厘米左右的银饰牌。上穿细白麻布上衣,外罩领褂。下穿细白麻布制成的百褶裙,裙外系横条花围腰。肩

### 挎"腊表"。绑腿、鞋同男舞者。



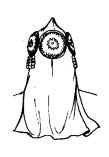




男头饰(背面)



女头饰(正面)



女头饰(背面)

# (四)动作说明

#### 1. 跳摆步

准备 舞者相互拉手或搂腰。

第一拍 右脚向前跳踏一步,同时左脚向后抬起,上身顺势转向左前稍右倾(见图 一)。



图一



图二

- 第二拍 做第一拍的对称动作。
- 2. 跺蹉步
- 第一拍 右脚向前跺搓一下,同时左脚跟顿地,左腿顺势屈伸一次。
- 第二拍 右脚向前稍踢起,上身稍俯向左前(见图二)。
- 3. 进跺步
- 第一拍 右脚向前跳一步。
- 第二~四拍 左脚在右脚尖前跺三下,上身稍右拧左倾。
- 第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

#### 4. 退跺步

做法 第一拍右脚退跳一步,第五拍左脚退跳一步,其它均同"进跺步"。

#### 5. 羊抬头

第一~二拍 脚的动作同"跳摆步",上身前俯低头。

第三拍 右脚跺地搓一下,上身保持前俯。

第四拍 右脚向前踢出,上身稍后仰,抬头(见图三)。

#### 6. 对脚板

准备 双手叉腰,自然站立。以下以男舞者动作为例,女舞者做对称动作。

第一~二拍 做"跳摆步"。

第三~四拍 第三拍时右脚跺地。第四拍时右脚向左前踢出,左脚随之原地颠跳一下,男女相互对右脚板,上身稍左拧(见图四)。

#### 7. 打脚跟

准备 同"对脚板"的"准备"。

第一~二拍 第一拍双脚原地跳一下。第二拍男左脚跳一下,右小腿向左后踢起,右 一个一拍 第一拍双脚原地跳一下。第二拍男左脚跳一下,右小腿向左后踢起,右





五

图三

图四

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

图

#### 8. 跺掖步

第一~二拍 脚动作同"跳摆步",双手叉腰。

第三~四拍 右脚跺地一下,顺势屈膝提起成右小"掖腿",上身稍向右拧。

#### 9. 碰肩

准备 站"正步",双手叉腰。

第一~四拍 做"跳摆步"两遍。

第五拍 右脚向左跳踏一步左转半圈,同时左腿屈膝后抬,上身顺势右倾,使右肩与

原左侧舞伴的左肩相碰,头稍左摆(见图六)。

第六拍 左脚落地为重心,同时右小腿后抬,上身左倾,头稍左摆。

第七~八拍 右脚向右跳踏一步,上身右倾,使右肩与舞伴的左肩再碰一次,左脚自 然落地。

#### 10. 碰臀

做法 动作基本同"碰肩",只是将"碰肩"动作改为碰臀,上身左倾(见图七)。



(五) 跳 法 说 明

### 舞 圆 环

曲一无限反复 男、女领唱者相挨站立,但互不牵手。其余舞者不分男女牵手或搂腰,可男女掺杂围圈,也可男站半圈女站半圈。当男领唱者唱时,全体舞者顺时针方向走步移动。合唱时,全体舞者顺时针方向做"跳摆步"、"跺蹉步"动作五遍,歌声停止后,按合唱时的节奏起舞两遍。女领唱者唱时跳法同上。如此循环反复。

## 进退跳

#### 围圈的跳法

曲二无限反复 男女舞者面向圆心拉手成圈。男、女领唱时跳法同"舞圆环"。合唱时做"跳摆步"接"跺蹉步",先做两遍往圈内跳,再做两遍退至原位,然后原地跳一遍,最后两拍原地踏两步。

### 站两排的跳法

<b>O</b>	<b>←</b> -□	曲三无限反复 男、女分站两排,面相对。第一遍,领
O	<b>←</b> □	唱部分:全体向前走步移动(见"调度图一"),保持两排相
<b>O</b> →	<b>←</b> □	
<b>O</b> →	<b>←</b> □	对;合唱部分:做"进跺步"一遍,"退跺步"一遍,然后原地
<b>O</b> →	<b>4</b>	做一遍相同动作,最后两拍原地踏两步。反复第二遍时,
<b>O</b> →	<b>←</b> □	
<b>O</b>	<b>←</b> □	除领唱部分全体做退步移动外,其余与第一遍相同。

982

### 山羊跳

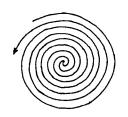
曲四无限反复 全体成一排,男、女领唱者在前,其余舞者男女相间或掺杂,各与身两侧的人相互拉手,随领唱者做"羊抬头"动作,走"龙摆尾"队形。

### 对脚板



曲四无限反复 男、女领唱者在前,其余男女舞者按图示随其后成双半圆形,每二人一组,全体同时做"对脚板"顺时针方向行进。

## 龙盘旋

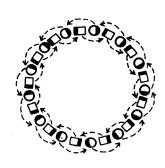


曲二无限反复 由男、女领唱者带领,全体成一路纵队,反复一次做一次"跳摆步"接一次"跺蹉步",按图示路线走"龙盘旋"队形。

## 舞旋风

曲四无限反复 男、女相间或自由排列围圆,二人一组,全体反复做"打脚跟"动作朝顺时针方向行进。

## 旋转磨盘



曲三无限反复 男女相间面相对围成一圈。全体做 "跺掖步"。做时,男变为里圈顺时针方向行进,女变为外圈逆时针方向行进,每做一次"跺掖步"后,又成一大圈,仍成男女二人一组面相对。

## 跳迎宾客



曲三无限反复 男女相间站成一个大圈,面对圆心, 反复做"碰肩",每遍歌曲的最后两拍双脚交替在原位踏 地。

## 寻求爱侣

曲四无限反复 除男女二人一组做"碰臀"外,其它与"跳迎宾客"相同。

传 授 别 普、余自新 叶花咪、余红英 腊永春、余永顺 (以上均为傈僳族)

编 写 林永辉(傈僳族)、葛树蓉

绘 图 刘永根

资料提供 余志清(傈僳族)、和春富

执行编辑 葛树蓉、陈菊珍

# 腾冲三弦舞

# (一) 概 述

腾冲三弦舞流传于保山地区腾冲县的明光区、瑞滇区、古永区,是一种以三弦为主要伴奏乐器的集体自娱性舞蹈。舞时不受地点、时间和舞者人数的限制,随时可聚集欢跳,在节日期间尤为盛行。其内容有表现生产劳动的"齐麻舞"、"打猎舞"、"打养舞"等;有摹拟性的"青蛙跳处椭圆形"、"团团小叶"、"泉水滴溜溜地淌"等;有表现爱情的"弯当啷呀当啷弯"、"月亮出来亮汪汪"、"白族大哥扯风箱"、"茅草丛边打漂玩"等,还有带讽刺性的"骗吃骗喝眼睛痛"等。表现生产劳动的多为"老调",即较古老的作品。表现爱情的多采用比喻手法,拟物比人,以物寄喻。

腾冲三弦舞有一百五十多个曲调,配有不同的动作组合。队形多为圆圈,有单圈,有双圈,还有少数为两排平行。动作以跳踢为主,始终保持双臂一齐向腹前摆出交叉,再向身体两侧自然摆回的规律。

# (二) 音 乐

### 弯当哪呀当啷弯

传授 蔡付云 (傈僳族) 记谱 蔡文芳 (傈僳族)、孙 涛 译配 蔡文芳 (傈僳族)、黄镇方

1 = G 中速

## 泉水嘀溜溜地淌

传授 蔡兴高(傈僳族) 记谱 蔡文芳(傈僳族)、孙 涛 译配 蔡文芳(傈僳族)、黄镇方

1 = G 中速

① 弯当啷:傈僳族方言,形容弯弯扭扭的东西,当啷系语助虚词。

# 月亮出来亮汪汪

传授 麻正国 (傈僳族) 记谱 蔡文芳 (傈僳族)、孙 涛 译配 蔡文芳 (傈僳族)、黄镇方

## 白族大哥扯风箱

传授 余海苍(傈僳族) 记谱 蔡文芳(傈僳族)、孙 涛 译配 蔡文芳(傈僳族)、黄镇方

## 茅草丛边打漂玩

传授 麻正国 (傈僳族) 记谱 蔡文芳 (傈僳族)、孙 涛 译配 蔡文芳 (傈僳族)、黄镇芳

1 = G 中速

 2
 53
 55
 15
 50
 53
 55
 15
 50
 53
 55
 53
 55
 53
 55
 53
 55
 53
 55
 53
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 55
 <

 1 2
 1 2
 1 5
 5 0
 5 5
 5 3
 5 1
 3 3
 1 5
 5 0
 1 5
 5 0
 1 5
 5 0
 1 5
 5 0
 1 5
 5 0
 1 5
 5 0
 1 5
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 1 7 %
 5 0
 <t

### 团团小叶

传授 余兴春 (傈僳族) 记谱 蔡文芳 (傈僳族)、孙 涛 译配 蔡文芳 (傈僳族)、黄镇方

1 = G 中速

 2
 4
 5
 5
 5
 5
 1
 5
 0
 5
 5
 5
 5
 5
 1
 5
 0
 2
 2
 2
 2

 风吹
 小叶
 (哒
 w
 w
 w
 ),
 转来
 转去
 (哒
 w
 w
 ),
 风吹
 小叶

 5
 1
 5
 0
 2
 2
 3
 2
 1
 5
 1
 5
 0
 ||

 (哒 哪 哒),
 翻 来 翻 去 (哒 哪 达)。

① 打漂: 执石片使其平面贴近水面用力掷出,使之在水面连续弹跳漂动。

① 哒:衬字,在此曲中准确的读音应是"滴牙"的快读。

# (三) 造型、服饰、道具

#### 造 型



男舞者



女舞者

### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

- 1. 男舞者 头戴蓝布包头,穿长及膝部的白色长衫,外罩蓝布斜襟上衣,腰缠黄色腰带。穿蓝色大裆短裤。扎白布裹腿,足蹬布鞋。颈挂用五彩线球点缀的竹制项圈。右襟以一彩线结成的缀子为饰。
- 2. 女舞者 头包一块以红、黄、白条布拼成的头帕,头帕两端以彩线作须,沿边钉一圈 贝壳。穿蓝色大襟衣,外套用黄、蓝、白三色布拼成的横条背心。着彩条布拼制的裙子,腰 系两块内长外短的围腰,穿布鞋。颈戴缀有细珠串的竹子项圈及数串珠子项链。



男头饰及胸饰



女头饰及项饰

#### 道具

三弦 伴奏乐器。选用木纹细腻,坚实不易变形的红樱桃树、杜鹃花树、黄楠木等木料制成。全长约 60 至 75 厘米不等。琴头雕有虎、龙、公鸡、鱼等动物头形。弦枕用虎、豹等兽骨或竹片制成。弦轴用木制,呈圆形。琴面一般用薄松木板蒙制,也有用蛇皮,青蛙皮、羊皮等蒙制的。弦线最初用棕丝、马尾、羊肠线搓成,后改用铜丝或尼龙丝弦。琴的两端系一条可以背挎的布带,琴头一端的布带上饰有彩线球。



三 弦

# (四) 动作及跳法说明

### 基本动作

1. 三步一擦踢

第一拍 左脚向左前踏一步稍屈膝为重心,顺势向左前稍送胯,右膝 靠向左膝,右脚跟随之抬起,双手摆至腹前交叉,上身稍右倾(见图一)。

第二拍 右脚向右前踏半步,顺势向右前稍送胯,双腿微屈,左脚跟随之抬起,双手向后摆,上身稍左倾。

第三拍 左脚向左前踏一步,同时右脚经跺地迅速向左前踢出,顺势向左前稍送胯,上身稍向右后倾。双手摆至腹前交叉。

第四拍 右脚向后擦地顺势屈膝向右踢出,双手齐往后摆,上身稍前俯。



图 -

2. 转身三步一擦踢

第一拍 左脚向左跳一步左转四分之一圈,右脚自然抬起,顺势向左稍送胯,上身稍右拧右倾,双手摆至腹前交叉。

第二~四拍 同"三步一擦踢"的第二至四拍。

3. 跺吸步

第一拍 左脚向前跺地,右脚顺势向左前踢出,同时向左前稍送胯,双手摆至腹前交叉,上身稍右拧。

第二拍 右脚掌擦地收回稍前吸,左腿屈膝向前跳一步。

4. 左跺踢步

第一拍 左脚向前轻跺地,顺势向左前稍送膀,双手摆至腹前交叉。

第二拍 右脚上至左脚前轻跺地,同时向右前稍送胯,双手向后自然摆动。 990 第三拍 左脚原位跺地一下,顺势勾脚向前稍踢出。

第四拍 左脚掌擦地收回稍前吸。

提示:对称动作称"右跺踢步"。

#### 5. 荡蹲步

第一~二拍 左脚向前上步轻跺地,右腿顺势稍开胯向前踢出,双手右摆(见图二), 然后保持姿态,左脚原位轻踮一下。

第三~四拍 右脚撤至左脚后成"丁字步"状,身稍右转,双手顺势甩至身左,然后双膝屈伸一次,双手甩至身右(见图三)。



#### 舞蹈套路及跳法

#### 1. 弯当啷呀当啷弯

男女舞者(既可相间排列,亦可随意排列)围圈面对圆心(以下各套路队形均同,文略) 齐唱《弯当啷来弯当啷》并做以下动作(可反复唱做)。

第一~二拍 左脚向左跺地一下,同时右腿稍开胯向前提起,双手于身旁自然摆动,然后保持姿态,左脚原位踮跳一下(见图四)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~八拍 同第一至四拍。

第九~十二拍 做"三步一擦踢"。

第十三~十六拍 做"三步一擦踢"的对称动作。

第十七~二十拍 做"转身三步一擦踢"。

第二十一~二十四拍 做"转身三步一擦踢"的对称动作。

### 2. 泉水滴溜溜地淌

全体舞者反复齐唱《泉水滴溜溜地淌》并做以下动作数遍。

第一拍 左脚原位跺地,右腿随之稍前吸,双臂于身两侧稍抬。

第二~四拍 保持姿态,左腿每拍屈伸一次,右腿随之上吸下伸似滴水状(见图五)。

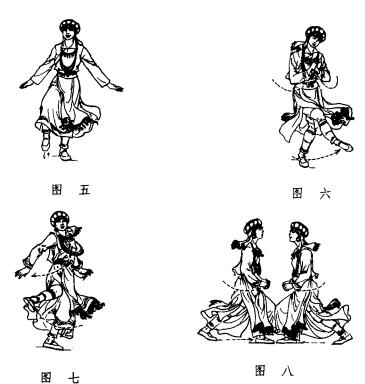
第五拍 左腿直膝,左脚稍踮起,同时右小腿后踢。

第六~十拍 做第一至五拍的对称动作。

第十一拍 前半拍,左脚落至右脚旁成"小八字步",双腿并拢向左前方屈膝,身体随之稍左转,双手摆至腹前交叉,后半拍,双膝伸直,同时双手摆向身两侧。

第十二拍 做第十一拍的对称动作。

第十三~十四拍 左腿每拍屈伸一次,右腿屈膝稍开胯㧟脚向左前荡出,双手甩至胸前交叉,上身微俯(见图六)。然后右腿稍屈膝向右荡去,双手甩向身两侧,上身稍仰微右拧(见图七)。



第十五~十六拍 同第十三至十四拍。

第十七~二十二拍 做第十一至十六拍的对称动作。

3. 月亮出来亮汪汪

全体舞者齐唱《月亮出来亮汪汪》,做以下动作。

第一~八拍 做"三步一擦踢"两遍。

第九~十拍 二人一组。左侧舞者右脚向右迈一步,顺势右转四分之一圈,双腿半蹲;右侧舞者做对称动作,二人面相对膝相碰(见图八)。然后双腿直立。

第十一~十二拍 做第九至十拍的对称动作,与另一舞者碰膝。

992

第十三~十六拍 同第九至十二拍。

第十七~十八拍 众舞者均左脚向左前上一步跺地顺势左转四分之一圈,面向圈中,同时右腿并胯稍屈膝㧟脚向左前荡出,双手甩至胸前交叉,然后勾脚小腿向右摆,左腿稍屈原位踮跳一下,双手甩至身两侧。

第十九~二十拍 左腿原位屈伸两次,右腿动作同第十七至十八拍。

第二十一~二十四拍 做第十七至二十拍的对称动作。

第二十五拍 左脚向左后划半圈落地,右脚顺势自然提起左转半圈,随之向左稍送 胯,双手甩至腹前交叉。

第二十六拍 保持姿态,左腿屈伸一次,双手甩至身两侧。

第二十七拍 右脚向左前踏下,左小腿随之后抬,上身稍前俯,双手甩至腹前交叉(见图九)。

第二十八拍 左脚跳落地屈膝为重心,右腿随之前抬,上身顺势后仰(见图十)。



第二十九~三十二拍 做第二十五至二十八拍的对称动作。

4. 白族大哥扯风箱

男女分站两排,面相对,齐唱《白族大哥扯风箱》并做以下动作,跳时男女动作相同。

第一~二拍 左脚原地轻跺后再踮跳一下,右脚先向前稍踢出,然后屈膝,小腿后踢,双手自然摆动。

第三拍 前半拍,右脚落至左脚后(脚尖均向前),双腿半蹲(见图十一);后半拍直膝。 第四~六拍 同第一至三拍。

第七~十拍 做"转身三步一擦踢"。

第十一~十四拍 做"转身三步一擦踢"的对称动作。

第十五拍 右脚上至左脚前。

第十六~二十拍 双腿半蹲,每两拍屈伸一次。

第二十一~二十六拍 做第十五至二十拍的对称动作。

第二十七~三十拍 做"转身三步一擦踢"。

第三十一~三十四拍 做"转身三步一擦踢"的对称动作。

5. 茅草丛边打漂玩

全体舞者齐唱《茅草丛边打漂玩》,做以下动作。

第一~八拍 做"荡蹲步"两遍。

第九~十二拍 起左脚以前脚掌着地原位跳四步,随步伐左、右送胯,双手顺边摆动。 第十三~十六拍 做"荡蹲步"。

第十七~二十拍 同第九至十二拍。

第二十一~二十四拍 做"荡蹲步"。

第二十五~三十二拍 做"荡蹲步"两谝。

第三十三~三十四拍 左脚向前上一大步,双手甩向身左,上身稍前俯(与对舞者右肩相错),然后左脚踮跳一下,左转四分之一圈,右腿前吸,双手甩至右旁。

第三十五~三十六拍 做第三十三至三十四拍的对称动作。

第三十七~四十拍 做"荡蹲步"。

第四十一~四十二拍 左脚后撤一步左转四分之一圈成"大八字步半蹲",双手带动下臂于胸前快速向左甩,然后再慢慢向右甩出,上身稍左倾,眼随手(见图十二)。





图 十二

图 十三

第四十三~四十四拍 右腿向右后撤一步右转半圈成"大八字步半蹲",手做第四十一至四十二拍的对称动作,上身稍右倾,眼随手。

6. 团团小叶



6

男女围转成内、外两圈,男站外圈,女站内圈,两人一组面相对。跳时做相同动作,齐唱《团团小叶》,做以下动作。





第一~八拍 做"左跺踢步"两遍。

第九拍 左脚向前跨一步,右腿屈膝自然抬起(与对方舞者错左肩而过),双手自两侧经身前甩至头上方击掌(见图十三)。

第十拍 左脚再跳一下左转半圈仍成与对舞者面相对,顺势做右 "前吸腿",同时双手向下击掌后下甩至身两侧(见图十四)。

第十一~十二拍 右脚向前跨一步,做第九至十拍的对称动作。

第十三~十四拍 做"跺吸步"。

第十五~十六拍 做"跺吸步"的对称动作。



图 十四

传 授 余兴春、蔡兴高 余海苍、蔡付云

麻正国(以上均为傈僳族)

编 写 蔡文芳(傈僳族)、葛树蓉

绘 图 刘永根

资料提供 马守昌、王瑞娜

执行编辑 葛树蓉、庞玉瑛

# 龙陵三弦舞

## (一) 概 述

龙陵"三弦舞",流传在龙陵县的平达、木城、龙新、象达、天宁、勐、勐糯等区的各傈僳族村寨。

龙陵三弦舞是一种群众自娱性的歌舞,凡年节、婚丧嫁娶、红白喜事、生日祝寿、建房上坟都可以跳。尤其是在年节时,随时可见群众欢乐唱跳的场面。生日祝寿、上坟、丧葬等场合,一般跳一个通宵;结婚建房时则连跳三四个晚上。一般在当事人家的院子里跳,院中央烧个火堆,一旁摆有酒壶、杯子,几曲跳完,由主人敬酒一次后再接着跳。

跳时,以三弦、短笛、葫芦笙等乐器伴奏。奏乐的人先跳,其他人随后陆续进入。无论 男女老少都可参加。一般男舞者弹三弦,女舞者吹短笛、弹口弦,不拿乐器者则双肩放松, 双手于身前做大幅度的上下摆动。脚下以蹉、跺、踢动作为主,手脚顺拐。

三弦舞曲调一般较短,歌词简练、质朴、生动,舞时可任意反复。从歌词的内容看,可分情歌、生活歌、舞蹈歌和孤儿歌等。其中舞蹈歌占有很大的比重,这类舞蹈歌用以直接邀约跳舞或说明舞者特点,描绘舞蹈场面、服饰动态,表现男女参舞时的愉快心情等。一般歌词按跳舞蹈歌的过程分"凑"、"问"、"对"、"圆"四个层次。"凑",就是舞蹈开始时召唤邀约大家来跳三弦舞,如"小姑娘呀来跳舞,我们一起来跳舞。搂一下搂一下,抱一下抱一下,不搂要搂搂一下,不抱要抱抱一下"。"一支脚跳三弦,两支脚跳三弦。哥哥姐姐跳起来,弟弟妹妹跳起来,窦家的姑娘跳起来,蔡家的姑娘跳起来。"一般来说,"凑"是跳三弦舞的序幕。待参舞的人陆续到来时,就进入"问"的部分。"问",就是互相介绍,相互约伴结对,如"朋友亲996

家是亲家吗?若是亲家来串花。他爹逃开不必说,我们跳舞成亲家。""筷子呀像姐妹,大竹筷子成双对,树木筷成双对,成双对。"接下来就是"对"的部分,这部分所唱的内容丰富多采,或讲跳三弦的方法,或互相赞美,或挖苦打趣,也有的是男女间互相倾诉爱慕之情。讲跳舞方法的如"梭着梭着梭着跳,梭着梭着又再跳。饭勺不见火塘里找,翻身跳,翻身跳。""走拢走拢跳起来,散开散开跳起来,宽些松些跳起来,十一弯舞得好,十二弯连着跳。"互相赞美的,如"麻家姑娘多标致,我背干粮送给你。三天四天过去后,我还一样对待你。""娘娘慢头叮当响,娘娘找菜真勤快。勤快勤快好娘娘,叮叮当当叮叮当。"互相打趣挖苦的,如"好姑娘呀好姑娘,好姑娘可惜脚不灵,脚不灵。""表妹让我看看你,金线绣花闪闪亮,银线绣花刺眼睛。"男女青年互相表示爱慕的,如"阿姐呀阿姐,驽弓一根送给我,貂鼠一只送给你,只要把它洗干净,它的一切属于你。""圆",就是结束收场的部分,舞会即将散去,歌中多吐露不舍之情,如"你我相处跳过舞,你简帕璎珞随步摇。哎呀叫我太思念,哎呀何时再相见。"

总的来说,龙陵三弦舞歌的内容丰富多样,涉及的生活面相当广泛,针对性强。一般习惯,祝寿时不跳情歌,在婚事、建房时不跳孤儿歌,其它内容的歌则可以随意跳唱,但要注意根据办事内容掌握曲调的速度和情调。

舞蹈队形有"单圈"、"双圈"。"单圈"是所有的舞者站一圈,沿逆时针方向转;"双圈"是按舞者人数分成相等的里外两个圆圈,里圈顺时针方向转,外圈逆时针方向转(或相反),两人相对跳一遍,跳完换一人。

# (二) 音 乐

## 小姑娘呀来跳舞

## 我们打歌要伙伴

1 = G 中速

传授 麻成山 (傈僳族) 记谱 王云常

口语 土云常 (1) 
$$\frac{2}{4}$$
 1 2 5 5 |  $2^{\frac{3}{5}}$  6 | 1 2 5 5 |  $2^{\frac{3}{5}}$  6 | 2 3 5 1 2 |  $2^{\frac{3}{5}}$  6 |  $2$  3 5 1 2 |  $2$  1 6 |  $2$  5 7  $2$  7  $2$  8  $2$  7  $2$  8  $2$  9  $2$ 

说明:此曲是在跳三弦舞时邀伙伴弹唱的调子。清晨时往往唱起来邀约伙伴。

# 梭着梭着梭着跳

1 = F 中速

传授 张新娣(傈僳族) 记谱 王云常

# 走拢走拢跳起来

1 = G 中速稍慢

传授 麻成山(傈僳族)、胡凤娣(傈僳族) 记谱 王云常

# 你我相处跳过舞

传授 曹举林(傈僳族) 胡凤娣(傈僳族) 记谱 王云常

# 我们孤儿多可怜

1 = F 中速

传授 麻成山(傈僳族) 胡凤娣(傈僳族) 记谱 王云常

① 簡帕: 即挂包。

 6 6 3
 2 5 5 1
 2 3 2
 2 1 6
 6 2 2

 照顾 我。 现在 婶 婶 又死 啰, 只好 自找 自吃 吧。

 (16)
 2 2 6 6 | 6 2 3 | 6 2 2 |

 一只 桃子 前 两 瓣, 一瓣 一次 吃了 吧, 吃了 吧。

# (三) 造型、服饰、道具

#### 造型



男舞者



女舞者

## 服 饰(除附图外,均见"统一图")

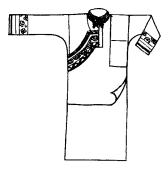
- 1. 男舞者 穿立领对襟上衣、扭裆裤、布鞋,外罩麻布或羊皮背心,左肩斜挎缀有缨络的麻布筒帕。
- 2. 女舞者 头裹青黑色大包头,再缠一条缀缨络及绣球的绣花彩带。穿前短后长的大襟衣(襟边、袖口、领口均镶彩绣花边)、长裤、布鞋,腰系镶花边的双层围腰,小腿套绣花边的麻布脚筒。



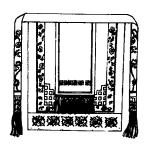
女头饰(正面)



女头饰(背面)



女大襟衣



女围腰

#### 道具

三弦(参见"男舞者造型图")

# (四)动作说明

#### 1. 两步一擦靠

第一拍 左脚上半步轻跺地,同时以下臂带动上臂,左臂屈肘前抬、手虚握拳(以下均同,文略)甩至胸前,右手甩至右后,上身顺势稍左拧(见图一)。

第二拍 右脚向前踏一步,双手做第一拍的对称动作,上身稍右拧。

第三拍 左脚迅速向左前擦出,同时右腿屈膝,稍坐膀,左手甩至左胸前,右手甩向右后,上身稍前俯微左拧(见图二)。



图一



图 二

第四拍 左脚快速擦地靠向右脚成左"丁字步",左手甩向左后,右臂屈肘手甩至右肩前。上身直立。

提示:舞时双肩放松,双膝稍屈,下臂带动大臂屈肘自然上下甩动,成顺拐状。节奏加快时,动作幅度随之增大。以下动作的要求均同此。

#### 2. 三步左转一跺吸

第一~二拍 同"两步一擦靠"的第一至二拍。

第三拍 左脚踏至右脚后,顺势左转四分之一圈,右腿随之前踢出(稍屈膝),左手甩至左肩前,右手甩至右后,上身微左拧(见图三)。

第四拍 右脚掌往回经擦地,带动小腿后踢,同时以左脚掌为轴向右碾转四分之一圈,右臂屈肘甩至胸前,左臂甩向左后(见图四)。

提示:对称动作称"三步右转一跺吸"。

#### 3. 三步转圈一擦踢

第一拍 右脚向右前跳一步,右转四分之一圈,同时左腿屈膝小腿自然后抬,右手顺势甩向右后,左手屈肘上甩至胸前,上身稍右倾微前俯。

第二拍 左脚向前上一步右转四分之一圈,同时右腿屈膝小腿自然后抬,左手甩向左后,右手甩至右肩前。

第三拍 右脚直落地轻跺一下右转半圈,左腿顺势向前踢起,左手甩至胸前,右手甩至右后(见图五)。



第四拍 右脚原地踮动一下,左脚掌往回擦地带动小腿自然后踢,左手甩向左后,右手甩至胸前。

#### 4. 右跺左踢步

第一拍 右脚原位轻跺一下屈膝为重心,同时左脚向前踢出,左手向前甩,右手甩向右后(成顺拐状),上身稍左拧。

第二拍 右腿直膝,左脚掌往回擦地带动小腿后踢,左手后甩,右手前甩(成顺拐状)。 提示:对称动作称"左跺右踢步"(第一拍时左脚后撤半步轻跺地)。

#### 5. 右擦吸步

第一拍 右脚向右前擦出,左腿屈膝为重心,上身稍左倾,左手前甩,右手后甩。

第二拍 左腿直膝,右脚掌往回擦地带动小腿后踢,上身稍右倾,左手后甩,右手前甩。 提示:对称动作称"左擦吸步"。

# (五)跳 法 说 明

时间、地点不限,一般在寨内的广场或庭院中跳。

## 小姑娘呀来跳舞

男女(既可相间站立,又可任意排列)围成圆圈,左肩对圆心(以下队形同此的,均不再说明),齐唱《小姑娘呀来跳舞》,边做以下动作边逆时针方向绕圈,可反复唱、做(以下均同,文略)。

- [1]~[4] 做"两步一擦靠"两遍。
- 〔5〕 做"左跺右踢步"。
- 〔6〕 做"右跺左踢步"。
- (7)~(8) 同(5)至(6)。
- [9]~[10] 做"三步左转一跺吸"。
- [11]~[12] 做"三步转圈一擦踢"。
- 〔13〕 做"左跺右踢步"。

## 我们打歌要伙伴

男女舞者齐唱《我们打歌要伙伴》并做以下动作:

- [1]~[4] 做"两步一擦靠"两遍。
- [5]~[6] 做"三步左转一跺吸"。
- [7]~[8] 做"三步转圈一擦踢"。
- [9]~[10] 做"三步左转一跺吸"。
- [11]~[12] 做"三步转圈一擦踢。"
- [13]~[14] 做"三步左转一跺吸"。
- 〔15〕 做"右跺左踢步"。
- 〔16〕 做"左跺右踢步"。

# 梭着梭着梭着跳

全体男女舞者围成圈,二人面相对为一组,齐唱《梭着梭着梭着跳》做以下动作。

- [1]~[4] 做"三步左转一跺吸"(步履稍大些)两遍,每组先交插换位,再换回原位。
- 〔5〕 左脚向右前跨跳一步,右腿稍屈向前踢,与舞伴错左肩换位,左脚顺势再踮跳一

下右转半圈,同时右脚掌向后擦地随之屈膝小腿后踢。

- 〔6〕 做"右跺左踢步"。
- 〔7〕 做"左擦吸步"。
- 〔8〕~〔10〕 重复〔5〕至〔7〕的动作跳回原位(做〔5〕动作换位后,不必转半圈,接着与另一舞伴结组对舞,每跳完一遍,换一舞伴)。

## 走拢走拢跳起来

全体舞者齐唱《走拢走拢跳起来》并做以下动作。

- [1]~[2] 做"两步一擦靠"。
- 〔3〕~〔4〕 做"三步左转一跺吸"。
- 〔5〕~〔6〕 做"三步右转一跺吸"。
- 〔7〕~〔8〕 原位做"左跺右踢步"接做"右跺左踢步"。
- 〔9〕~〔10〕 原位做"三步左转一跺吸"。
- 〔11〕 右脚向右前上半步,同时左腿屈膝提起,右脚顺势再踮跳一下右转半圈成面向 顺时针方向。
  - 〔12〕 左脚向下踏地,同时右脚向前踢出。
  - 〔13〕~〔14〕 重复〔11〕至〔12〕的动作转成面向逆时针方向。

## 你我相处跳过舞

男女舞者齐唱《你我相处跳过舞》并做以下动作:

- [1]~[4] 做"两步一擦靠"两遍。
- 〔5〕 做"左跺右踢步"右转四分之一圈。
- 〔6〕 做"右跺左踢步"右转四分之一圈成面向顺时针方向。
- 〔7〕~〔8〕 做"两步一擦靠"。
- 〔9〕~〔10〕 做"左跺右踢步"(第一拍时,左脚原位跺地顺势右转半圈面向逆时针方向,同时右腿稍向前踢出),接做"右跺左踢步"。
  - 〔11〕~〔12〕 做"三步转圈一擦踢"的对称动作。
  - 〔13〕 做"右跺左踢步"。

# 我们孤儿多可怜

男女舞者齐唱《我们孤儿多可怜》做以下动作。

- 〔1〕~〔4〕 做"两步一擦靠"两遍。
- 〔5〕~〔6〕 做"三步左转一跺吸"。

〔7〕~〔8〕 做"三步转圈一擦踢"。

〔9〕 做"左跺右踢步"。

[10]~[11] 做"三步右转一跺吸"。

〔12〕~〔13〕 做"三步左转一跺吸"。

[14]~[15] 做"三步转圈一擦踢"。

[16]~[19] 重复[12]至[15]的动作。

〔20〕 做"左跺右踢步"。

传 授 曹举林、胡凤娣、余新美 麻成山、胡建宽、张新娣 (以上均为傈僳族)

编 写 王锦麟、葛树蓉

绘 图 刘永根

资料提供 任永浩、梅革新、王云常

郭自来、陈兆炎、赵 刚

执行编辑 葛树蓉、庞玉瑛

跳 嘎

# (一) 概 述

"跳嘎"是傈僳族广泛流传的自娱性舞蹈。保山和德宏一带的傈僳族,无论喜庆、丧葬、起房盖屋、走亲串友,都必"跳嘎",在保山的腾冲、龙陵等地举行"刀杆节"时,"跳嘎"尤为盛行,两地除服饰不同外,跳法相同。

跳嘎因活动场合不同而分为"过年嘎"、"过节嘎"、"串亲访友嘎"、"生日嘎"、"分家嘎"、"庆丰收嘎"、"结婚喜庆嘎"、"新房落成嘎"等。其动作都大同小异,步法近似行走;曲调也一致,唯唱词内容则视所办事情的性质而定。如喜事唱《喜调》,丧事唱《丧调》,建房唱《建房调》。

跳嘎载歌载舞,无乐器伴奏。由年长者或有威望并善歌舞的"嘎头"领唱、领舞,众人相和,随之边歌边舞。舞蹈队形成圆圈,"嘎头"在前引导,众舞者尾随其后,沿逆时针方向行进。跳时,男女老少欢聚一堂,除"分家嘎"需在分家时新建的屋里跳,"结婚喜庆嘎"需在新娘进门的晚上于屋子里跳之外,其余的"嘎"多在较为开阔的场地中跳。跳嘎开始时,舞者身体直立,动作平稳,跳到高兴时,则往往出现上身前俯的姿态和跳跃性动作。通常人越跳越多,圈越跳越大,节奏越跳越快,气氛越跳越热烈。在"刀杆节"的夜晚举行跳嘎时,常常出现一种全民欢跳的热烈而盛大的场面。

# (二) 音 乐

传授 蔡林贵(傈僳族) 记谱 张学文

# (三) 动作说明

#### 1. 站蹲步

准备 相互"拉手"(见"统一图"),自然站立。

第一拍 前半拍,双脚尖微向左移,同时双膝向左前屈,上身保持直立,脸向右,头微

右倾,双手向前甩动一次(见图一);后半拍,双膝直起,双手向后甩。

第二拍 做第一拍的对称动作。

提示:图中所绘服饰为腾冲县傈僳族女子的装束。

2. 走步

第一拍 左脚向右前踏一大步为重心,同时双膝屈伸一下,双手前(见图二)后甩动一次。

第二拍 右脚靠至左脚旁跺地,同时,双膝屈伸一下,双手前后甩动。

第三拍 右脚向右后撤踏一步为重心, 微开膀, 同时双膝屈伸一下, 双手前(见图三) 后甩动一次。

第四拍 左脚跟稍拖地靠至右脚旁,同时双膝屈伸一下,双手前、后甩动一次。

3. 跳步

第一拍 双脚左前、右后,同时向前跳一步,屈膝,上身前俯,双手下伸(见图四)。



第二拍 保持姿态,双脚跟顿地一下,同时,双膝屈伸一次。

第三拍 保持姿态,双脚同时向右后退跳一步,微抬头。

第四拍 同第二拍。

# (四)跳 法 说 明

跳嘎多在夜间。跳时人数不限,男女老少都可参加。舞者穿日常服饰(参见《三弦舞》)。 全体舞者"拉手"围圈,面向圆心,始终逆时针方向行进。跳不同的"嘎",音乐均相同,跳法 也大致相同,只是选用不同内容的唱词。

#### 《过年嘎》第一遍

[1]~[8] 原地做"站蹲步"八次。

〔9〕~〔20〕 做"走步"六次。

〔21〕~〔28〕 做"跳步"四次。

#### 第二遍

〔1〕~〔10〕 做"走步"五次。

〔11〕~〔14〕 做"跳步"两次。

[15]~[28] 同[1]至[14]。

接着可按第二遍做法反复多次,高潮时随嘎头反复做"跳步",直至跳累,又随嘎头换做"走步",然后再做"跳步"多次,再次将情绪推向高潮,尽兴而止。

传 授 蔡林贵(傈僳族)

编 写 蔡文芳(傈僳族)、葛树蓉

经 图 刘永根

资料提供 马守昌、王瑞娜

执行编辑 葛树蓉、吕 波

# 跳歌

## (一) 概 述

傈僳族"跳歌"流传在临沧地区的镇康和永德县,尤以镇康县勐堆区蚌孔乡和竹瓦乡的最具特色。

跳歌以大、小三弦伴奏。舞时,男子操三弦,边弹边舞,女子则甩手跳。

镇康跳歌分为"直歌"和"花花歌"两种。"直歌"跳时没有大的翻身、转圈、倒折动作,动作变化较小。所奏弦调为硬调(即内弦与中、外弦的音程关系为同度与纯五度,如"6.6.3"),显得热烈粗犷。"花花歌"跳时有翻身、转圈、穿花、侧身跳等动作,动作变化大。其弦调多用软调(即内弦、中弦、外弦的音程关系分别为四度、五度,如"3.6.3"等,显得活泼欢快。

镇康跳歌的代表性舞段有《岩子头上剥山驴》、《草根树根要挖掉》、《转来转去挖知了》、《栽着一棚蜜花树》、《吃面瓜稀饭》和《胡家踢架》等。

《岩子头上剥山驴》属"直歌",舞蹈简单地重复"上步""跺步""抬腿""踮脚"等动作。跺脚时猛中带韧,跺后马上反弹变为抬腿。其唱词不仅记录了本民族善于狩猎的历史,也给后代传授了各种猎物的习性知识。

《草根树根要挖掉》属"花花歌",俗称此舞为"穿花歌"。它以左右横移的两步一抬腿、双人对脚、一步一抬腿连续两人穿花为基本动作,在一个较大的圆圈内形成内、外两层作反向运动。快跳时如蛟龙出海,似金蛇狂舞,慢跳时像碧海泛舟,如潺潺流水。动作虽不复杂,但由于连续穿花,不熟练者将四处"碰壁"。其内容是表现傈僳族人民在耕种山地时的1010

#### 经验积累。

《转来转去挖知了》和《栽着一棚蜜花树》虽均属"花花歌"的侧身跳,但又有所不同。《转来转去挖知了》的侧身跳法为一只脚横移小跳,另一只脚同时跺步,跺步时刚中带柔,有韧性,脚掌触地时弹性很强,似有拍弹簧之感。《栽着一棚蜜花树》则是踏步蹩脚,一摇一摆,上身随步前俯后仰,给人以活泼风趣之感。

《吃面瓜稀饭》和《胡家踢架》均属"花花歌"的翻身跳。翻身时有一定的技巧。《胡家踢架》从唱词上看带有取笑的意味。这种以傈僳族族姓入歌取乐的舞蹈不仅胡姓中有,余姓、蜜姓、曹姓中也有,俗称"调皮歌"。这类舞蹈过去在本族姓里不准表演,现在有的仍依旧俗,有的已不计较。

跳歌可在逢年过节、婚嫁喜庆、建盖新房、朋友相会、丰收时节等情况下跳,也可在丧葬时跳。起房盖屋时,必须在立起的屋架下跳;丧葬时,在停棺的屋内围棺顺时针跳一圈,逆时针跳一圈,然后到院场中跳。其余情况的跳歌场地不限,均为逆时针方向行进。跳丧时仅限于青年、儿童参加,老人不跳。其它节日、喜庆时,男女老少均可参加。一般在娶新娘时只表演"直歌";跳丧时,前半夜跳"直歌",后半夜跳"花花歌";平时欢乐喜庆则可随便。

# (二) 造型、服饰、道具

#### 造 型



#### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

- 1. 男舞者 穿黑色大襟上衣或前有两个大口袋的对襟上衣、黑色扭裆裤、黑布鞋。
- 2. 女舞者 头缠黑色包头布(内层布长丈余,外层镶有黄、白、绿色直条,尾端系各色毛线绒球),穿蓝色无领大襟上衣(前下摆长及小腹,后下摆长及小腿,白色衣领,黄、黑、红色布镶袖和襟),外套黑色大襟背心(用红、黄、绿色布镶边,胸前钉五、六排银泡,顺襟钉两路银泡),系双层围腰(下大上小,称"双合围腰",以红、黄、绿、白色布镶缝制,各色条布拼成的系带于腰后系紧,系带两端吊于腰后),缠裹腿布(用红、绿布相拼,黄、黑色布条横镶中间和两头,从踝上至小腿约长 20 厘米),穿黑布鞋。



#### 道具

三弦 大三弦全长约 140 厘米; 小三弦全长约 70 厘米。



三弦

# (三) 音乐、动作及跳法

在跳歌时,每首歌曲的名称即是舞蹈节目的名称。以下仅介绍几个有代表性的节目的跳法。

#### 音 乐

## 岩子头上剥山驴

(硬 调)

1 = E 中速

传授 蜜卫军(傈僳族) 曹会芝(傈僳族) 记谱 杨天荣

 $\frac{2}{4}$   $\frac{\dot{1}}{\dot{2}}$   $\frac{\dot{3}}{\dot{2}}$   $\frac{\dot{3}}{\dot{2}}$   $\frac{\dot{1}}{\dot{2}}$   $\frac{\dot{3}}{\dot{2}}$   $\frac{\dot{2}}{\dot{2}}$   $\frac{\dot{1}}{\dot{2}}$   $\frac{\dot{2}}{\dot{2}}$   $\frac$ 

## 动作及跳法

男女舞者围圆圈,左肩对圆心,反复做下述动作逆时针方向移动。男边弹三弦(执法见图一)边舞,女双臂下垂随舞步甩动,众边唱边跳(以下介绍的双手动作均为女舞者所做)。

第一~二拍 左脚起向前跳两步。迈左脚时稍出左胯,迈右脚时稍出右胯,双手随步 伐自然摆动(见图二)。

第三拍 重心在右脚,左脚跺地,上身稍左倾,双手向左摆(见图三)。



图一



图 一



图三

第四拍 左腿稍屈膝前抬,右脚原位颠跳一下。

第五~十六拍 反复第一至四拍动作三次。

第十七拍 左脚向后退跳一步,同时右腿前踢 25 度,双手前甩。

第十八拍 左脚原位颤跳一下,同时右小腿收回稍前吸,双手后甩。

第十九~二十拍 做第十七至十八拍的对称动作。

第二十一~二十四拍 反复第十七至二十拍动作。

#### 音 乐

## 草根树根要挖掉

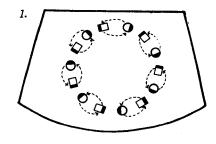
(软 调)

1 = E 中速

传授 蜜卫军 (傈僳族) 曹会芝 (傈僳族) 记谱 杨天荣

$$\frac{2}{4}$$
  $\frac{4}{3}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{1$ 

#### 动作及场记



全体按图示围成圆圈,男女二人一组面相对。以下动作中,男弹三弦,女双臂下垂随舞步甩动。

#### 《软调》

〔1〕~〔2〕 左脚起,一拍一步向左、右、

左、小跳三步,

胯顺势小幅度摆动,第四拍时左脚原位颠跳一下,同时右脚前踢 25 度与舞伴右脚相碰,目视对方(见图四)。

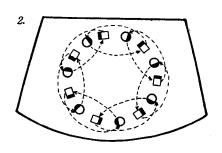
- [3]~[4] 做[1]至[2]的对称动作。
- 〔5〕 左脚向前小跳一步,同时右腿稍屈膝前踢 25 度。 然后左脚原位颠跳一下,同时右小腿悠回。
  - 〔6〕 右脚向右前跨一大步,二人擦左肩换位,同时左 1014



图四

脚前踢 25 度。接着左脚向后蹬踢与对方左脚相碰,左拧身,目视左后,右脚顺势向前蹉跳一步(见图五)。





#### 图五

〔7〕~〔8〕 全体向左转半圈,动作同第〔5〕至 〔6〕,向前跨大步(不碰脚),擦左肩越过两个舞伴 与第三个舞伴面相对。

场记1至2可无限反复,形成连续的穿花队形。

#### 音 乐

## 转来转去挖知了

1 = C 中速

传授 蜜卫军(傈僳族) 曹会芝(傈僳族) 记谱 杨天荣

2 1 6 2 6 2 2 1 6 6 6 6 6 6 2 1 6 2 1 6 6 5 3 5 3 转去 转来 挖 知 了(呀), 转去 转来 挖 知 了, 养地 里来

 2. 1
 6
 3
 2. 1
 6
 5
 3
 2. 1
 6
 3
 2. 1
 6
 8

 挖
 知
 了(呀)
 挖
 知
 了(呀)
 挖
 知
 了(呀)
 挖
 知
 了(呀)

#### 动作及跳法

队形及跳法同《岩子头上剥山驴》。

第一~八拍 做《岩子头上剥山驴》第一至四拍动作两次。

第九~十拍 左脚向右前跳一步右转四分之一圈成背对圆心,右脚顺势向右前稍踢起,女双手前甩。然后左脚原位颠跳一下,同时右小腿悠回,女双手后甩。

第十一~十二拍 落右脚跺地一下再迅速弹起。

第十三~十四拍 以左脚为轴左转半圈成面对圆心,然后右脚经跺地稍向前踢起。

第十五~二十拍 做第九至十四拍的对称动作。

#### 音 乐

# 栽着一棚蜜花树

(软 调)

1 = A 中速

传授 蜜卫军 (傈僳族) 曹会芝 (傈僳族) 记谱 杨天荣

 2
 4
 5
 6
 5
 3
 5
 6
 5
 3
 3
 1
 2
 1
 5
 2
 1
 1

 阿表 姐我 说给 你, 好像 弯弯的 蜜花 树, 蹩脚 弯手

#### 动作及跳法

队形及跳法同《岩子头上剥山驴》。

第一~三拍 左脚起向前跳三步, 胯顺势小幅度摆动。

第四拍 左脚原位颠跳一下,同时右腿前踢 45 度,随即稍开胯小腿勾回。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作,同时渐左转四分之一圈成面对圆心。

第九拍 左脚落于右脚后成左"踏步半蹲",上身俯向左前,女双手向左前甩(见图 六)。

第十拍 脚位不变,双膝先稍伸直,重心移至左脚,再顺势屈左膝右脚跟离地,身向右后仰,女双手向右后摆(见图七)。



图六



图七

第十一拍 脚位不变,双膝先稍伸直,身体再渐向前俯,重心渐前移至右脚,舞姿同第 九拍。

第十二拍 同第十拍。

第十三~十六拍 反复第十一至十二拍动作两次。

#### 音 乐

# 吃面瓜稀饭

(软 调)

1 = A 中速

传授 蜜卫军(傈僳族) 曹会芝(傈僳族) 记谱 杨天荣

 2
 6
 6
 6
 6
 1
 2
 3
 6
 6
 2/5
 3
 3
 3
 6
 1
 6
 3
 2

 3
 3
 2
 1
 6
 3
 3
 1
 6
 6
 6
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 1
 1
 6
 6
 1
 1
 7
 2</t

队形及跳法同《岩子头上剥山驴》。

第一~二拍 左脚起向前小跳两步。

第三拍 双脚同时往前小跳一步。

第四拍 左脚原位颠跳一下,同时右腿稍屈膝前踢 25 度。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作,同时渐左转四分之一圈成面向圆心。

第九~十一拍 先上左脚,一拍一步向前小跳三步,同时渐左转半圈成背对圆心。转圈时,男舞者上身倾向左前,将弦杆下压(见图八)。

第十二拍 同第四拍动作,弦杆回原位。

第十三~十六拍 做第九至十二拍的对称动作(前三步右转一圈)。

第十七~二十拍 同第九至十二拍。

第二十一~二十二拍 右脚落向右后为轴右转四分之一圈,然后右脚原位颠跳一下,左小腿后抬。



图八

## 胡家踢架

(硬 调)

1 = C 中速

传授 余大强 (傈僳族) 蜜玉凤 (傈僳族) 记谱 杨天荣

 2
 1 · 2
 3 · 2
 5 · 3
 3 · 2
 5 · 3
 2
 2 · 1
 6 · 6
 3 · 1
 6 · 6

 胡家踢架
 9
 短裤(呀)穿短裤,多好看(呀)多好看。

① 踢架:指在跳歌场中,两个寨子的人以一腿跳跃,另一腿抬起与对方碰撞的一种游戏,亦叫"斗鸡"。

#### 动作及跳法

男女相间围成圈,全体面对圆心,二人为一组相对起舞。以下仅介绍男舞者的动作,女舞者的动作始终与之对称。

唱第一遍。

第一~二拍 左脚起向前小跳两步。

第三拍 左脚原位颠跳一下,同时右腿稍屈膝向左前踢出,与对舞者对脚(见图九)。

第四拍 左脚原位颠跳一下,右腿扣膝、小腿向右悠出(见图十)。



图九



图十

第五~六拍 同第三至四拍。

第七~八拍 右脚后撤一步,然后颠跳一下的同时右转半圈,左小腿后抬,成背对 圆心。

第九~十拍 左脚经跺地稍向前踢起,同时右脚原位颠跳一下。 1018

# 唱第二遍 背对圆心,动作同唱第一遍,与另一女舞者对舞。

传 授 蜜卫军、余大强、曹玉德

蜜玉凤、曹会芝

(以上均为傈僳族)

编 写 杨天荣、葛树蓉

绘 图 刘永根

资料提供 余大明、金智芳、徐新荣

周云香、李 纪、吴永昌

执行编辑 葛树蓉、周 元

# 诗 得 德

# (一) 概 述

"诗得德", 傈僳语, 意为"为死者跳的舞"。过去在兰坪县傈僳族居住区普遍盛行, 现仅流传于营盘镇的金满、拉古两村。是一种丧葬舞。

为死者举行诗得德需要两个条件:一是死者必须为正常死亡,同时已婚并有子女;二 是死者曾有举行此仪式的愿望。具备了以上两项条件的人咽气后,其家属一面向四方亲友 报丧,一面将死者装殓入棺。棺柩先在家停放一天,再安放在院中的两条板凳上。傍晚即 开始举行诗得德,首先由死者的儿媳、女儿或孙女独舞"腊得美"(意为背背箩)。舞者背一 个篾箩,箩内装有死者生前的生产、生活用具和食物(男性为一杆称、一把犁头、一根架牛 用的牛脖绳和牛抬扛绳、一把草烟、一瓶酒;女性为织麻用的纺织机、梭子、镰刀、梳子等 物)。舞者边舞边向死者交待,大意为:生前你是犁地的,到了阴间你照样耕种;活着你是做 买卖的,死后你还要做生意等等。按逆时针方向围棺边说边舞三圈后,把箩放在棺旁。意 为把死者的东西送到了亡灵所归宿的地方。尔后,又按顺时针方向跳四圈,意为舞者从阴 间返回阳世。然后,乡邻亲友们拉手围棺柩舞蹈。用舞蹈表示对死者的哀悼,寄托人们对 死者的怀念之情,和送死者顺利归宗。集体开始舞蹈时,孝子(无子者为女婿)睡于棺柩下 面,其他人不分男女老幼,拉手围棺先跳"搓让那",意为召集众人来跳舞。然后接跳"阿呀 其白其"(鸡刨食舞)、"阿呀其"(鸡跳舞)、"阿呀齿思托"(鸡啄谷子),主要是模拟鸡刨食、 觅食、啄食等动作,一方面借以向死者叩首致哀(如啄食),另一方面表现舞者陪伴和护送 死者"魂归故里"。同时,由于"故里"遥远,需要爬山涉水,因此还要通过舞蹈暗示亡灵,要 像鸡一样在途中寻食充饥。最后跳"皮跑",一是为舞者与死者最后见一面,二是表现众舞 1020

者已将亡灵护送到了所归宿的地方,并与亡灵诀别,返回阳世。在跳"腊得美"时,所以要给死者一杆秤,按当地傈僳族的说法是:一方面在现实生活中,由于傈僳族人不善于做买卖,因此难免要受奸商的欺骗和敲诈,所以他们希望死者在阴间能精通生意,不再上当受骗;另一方面,生活中有很多灾难和痛苦。社会上弱肉强食很不公平,人们渴望社会生活能像秤一样的公正、合理。为此,在祭奠死者的时候把这种强烈的愿望表达出来,同时还祈求得到列祖列宗的帮助。

诗得德一般跳一天。但由于傈僳族有择吉日安葬的习惯,有时为择日,灵柩需在家停放数日,有的死者属于德高望重者,其家境又比较富裕,则有意多停放数日。棺柩停放在家的日子里,每到傍晚,乡邻亲友,都来反复跳诗得德,直到鸡鸣天亮。丧家则备以大量的酒、烟、茶和夜饭款待众乡亲。

诗得德没有伴奏音乐,舞者配合默契,以舞步声统一节奏的快慢及强弱。

# (二) 造型、服饰、道具

#### 造 型



男舞者



女舞者

## 服 饰(参见"造型图")

- 1. 男舞者 缠白麻布包头,穿自纺麻布无领长衣(不用纽扣,多喜欢于腰间系带)、扭裆裤、黑布鞋。
- 2. 女舞者 缠白布包头,穿窄领大襟上衣,外套黑领褂,下穿扭裆裤、黑布鞋,系围腰。

# 道具

背箩 竹篾编制(式样参见壮族"草人舞"),内装死者生前用具。

# (三) 动作说明

## 1. 腊得美(背箩舞)

准备 将篾箩带套在额头前,双手扶篾箩带。

第一拍 右脚向右前迈一步,同时左脚稍前踢(参见"女舞者造型图")。

第二拍 右脚原位小跳一下,双脚同时落地半蹲,上身稍前俯。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

2. 搓让那(召集众舞)

第一拍 脚动作同"腊得美"的第一拍,双手自下上甩与肩平。

第二拍 右脚原位小跳一下,双脚同时落地半蹲,双手下甩至膝两侧。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

3. 阿甲海争(打秋千)

第一~八拍 做"搓让那"两遍。

第九~十拍 双脚原位小跳一下,双手提起于腰两侧。

第十一~十二拍 同第九至十拍。

4. 阿呀其白其(鸡刨食)

第一拍 双腿稍屈膝,右脚向右移一步,同时左腿向右前稍悠起,双手自然前甩(见图一)。

第二拍 左脚悠回落至右脚旁成左"虚丁步",双膝顺势屈伸一次,双手自然后甩。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 左脚向右跺踏一步稍屈膝为重心,右腿顺势向右前稍踢起,上身稍向右前俯,双手自然前甩。

第六拍 右脚点下经擦地向左后刨起(见图二)至左脚后落地,双手自然后甩。



图一



图二

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

5. 阿呀其(鸡跳舞)

做法 双腿屈膝开膀,左腿稍提起,上身微向左前俯,双手随之自然甩动(见图三)。

第一拍 左脚向前迈一步,同时身体直起右转四分之一圈,双手随之向右甩成缠腰状(见图四)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三~四拍 做"阿呀其白其"第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 同"阿呀其白其"的第五至八拍。

6. 阿呀齿思托(鸡啄谷)

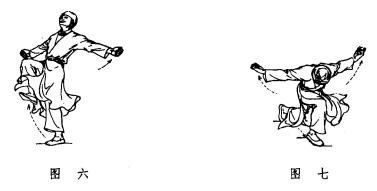
第一拍 前半拍,右腿稍前吸,双手自然下垂,上身仰向左后,眼看右上方;后半拍,右腿屈膝跺地,左腿屈膝开胯向左后抬起,上身倾向右前,同时点头(见图五)。



第二拍 左脚落于右脚旁,同时右腿勾脚向前提起,上身后仰,头随之上抬(见图六)。 第三拍 右腿屈膝跺踏地,左腿屈膝开胯向右后抬起,上身俯向右前,同时点头。

第四拍 同第二拍。

第五~六拍 右脚向前踏出一大步成左"跪蹲"双手虚握拳旁抬成拳心向上,上身前俯,低头,似叩头状(见图七)。



#### 7. 皮跑(意为与死者最后相见一面)

第一~二拍 做"阿呀齿思托"第一至二拍的对称动作。

第三拍 左腿屈膝向前上一步,双手甩向前,右腿勾脚前吸的同时往左转四分之一圈。

第四拍 左腿直起顺势踮跳一下,双手向后甩,上身随之后仰 (见图八)。

第五~六拍 右脚往左前踏步做"搓让那"的第一至二拍动作 顺势左转半圈。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。 第九~十六拍 同第一至八拍。



图八

# (四)跳 法 说 明

诗得德一般在死者的院内或房前进行;从傍晚开始跳,直到鸡鸣。

跳"腊得美"时,舞者身背篾箩,逆时针方向围棺跳三圈后,把篾箩放于棺旁,再继续跳"腊得美"(跳时,双手叉腰)顺时针方向围棺跳四圈。跳"搓让那"、"阿甲海争"、"阿呀其白其"、"阿呀其"、"阿呀齿思托"时,全体舞者围棺顺时针方向起舞。跳"皮跑"时,全体舞者围棺,每二人一组面相对,双手叉腰,做相同动作。

传 授 和正发(傈僳族)、和林可(傈僳族)

编 写 李松发(白族)、葛树蓉

绘 图 刘永根

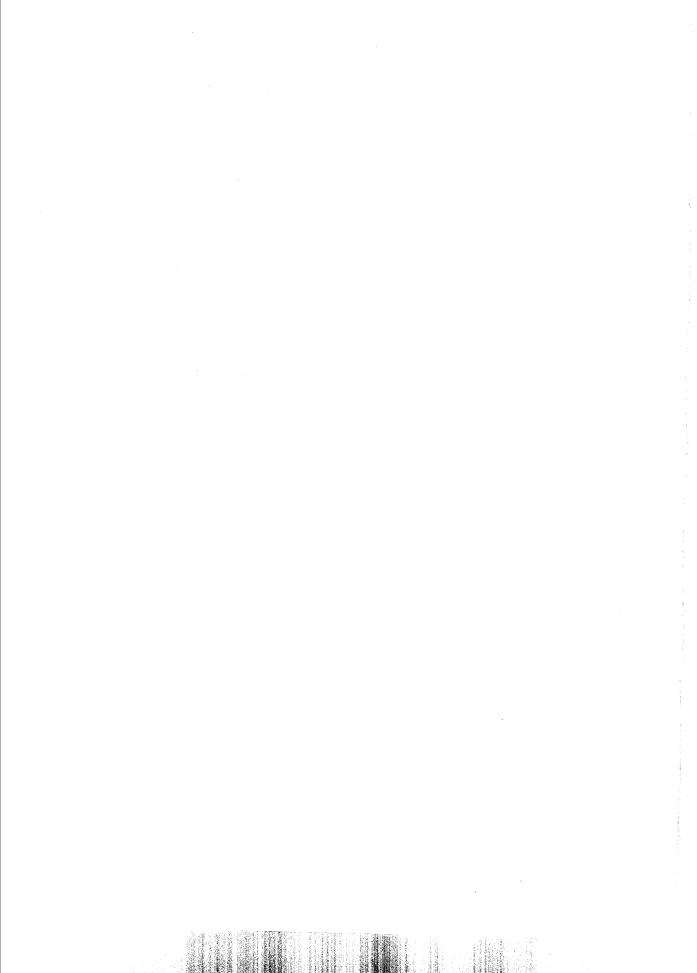
资料提供 和正荣(傈僳族)、和佳才(傈僳族)

雷 莹

执行编辑 葛树蓉、陈菊珍

# 拉祜族舞蹈

主 编 扎 约(拉祜族) 副 主 编 杨文康(纳西族) 编 辑 姚定生、高飞雁 责任编辑 陈 净



# 拉祜族民间舞蹈概况

拉祜族主要聚居在云南西南部亚热带地区,分布在思茅、临沧、西双版纳、红河、玉溪等地州的二十余个县境内,其中澜沧拉祜族自治县聚居人口最多。

拉祜族先民属氐羌族系。作为单一的族体以"锅锉蛮"之称始见于《新唐书》,清代史籍中称之为"罗黑""古宋""苦聪""喇鲁""喇乌"等。1953年4月宣布统一称为拉祜族。拉祜语"拉"为虎,"祜"有火烤之义,故有"猎虎的民族"之美称。

拉祜族有拉祜纳和拉祜西两个支系。大体按迁徙时分成的两路:沿哀牢山脉南下的部分为拉祜西,沿澜沧江以西南下的部分为拉祜纳。语言属汉藏语系藏缅语族彝语支,各支系间可相互通话。多居山地,村落靠近水源。村寨中一般辟有广场,广场周围建有宗教信仰设施,是人们聚会歌舞和进行宗教活动的场所。

拉祜人民喜歌爱舞,世世代代都把歌舞作为抒发感情、交流思想的重要手段,形成为 社会生活中的一项重要内容。拉祜族舞蹈通常在当年秋后到下一年春播前这段时间内进 行,与民间的宗教及节日活动有着紧密的联系。

历史上拉祜族主要信仰万物有灵的原始宗教,近代有部分人信仰大乘佛教、基督教和 天主教,但原始信仰仍在社会生活中占统治地位,影响最为广泛。拉祜族的原始信仰不分 神鬼,认为宇宙万物均附有"尼"(神灵),缔造万物又主宰一切的最高神灵是"厄莎"(元江、 新平等地称为"内""卡腊"等)。不少村落在广场盖有供奉厄莎的小神屋,还立着各种形式 的神桩,有的村落规定村后的一片树林或栽种一片野芭蕉林,作为献祭的场所。明清以后, 拉祜族逐渐采用汉姓,产生了祖先崇拜,近代拉祜族家庭中均设有祭祀家神的神位,但多 数地区既祭祖先又祭厄莎。在各项祭祀中,都少不了歌舞。

歌舞的另一重要活动场合就是各种传统节日集会。拉祜族传统节日主要有春节、端午节、清明节、火把节、新米节和中秋节,除端午和清明外均有不同规模的舞蹈活动。其中,春节、火把节和中秋节的歌舞活动较为隆重。特别是春节,更是所有民间舞蹈集中展示的盛

会。从初一开始,全寨人就盛装歌舞,通宵达旦,直到初五。初九到十五,又一次掀起高潮,常有全寨或数寨人同场欢舞的场面,数十数百支芦笙同时吹奏,气势宏大,十分壮观。十五以后,便"歇脚收舞",开始新的一年耕作劳动。

此外,在婚嫁、新房落成等喜庆活动以至丧事中,在天高月明的夜晚,能歌善舞的拉祜族人民也常常很自然地群聚歌舞,尽情地表达自己的思想感情。这些场合的舞蹈一般比较随意,有较强的自娱性和即兴性。

拉祜族民间舞蹈历史悠久,源远流长,普遍流传的有"芦笙舞""跳歌""摆舞"三大舞种,每个舞种又各有数十至上百个套路(节目)。局部地区还保留着传统的祭祀乐舞"嘎内嘎""木筒鼓舞""祭竜舞""饭魂舞""欢庆舞"等,原始古朴,具有较高的审美和研究价值。

古老的芦笙舞,保留着舞蹈早期"围圈""携手""顿足"等特色。在拉祜族创世史诗《牡帕密帕》中,天神厄莎用葫芦孕育出第一代人类扎迪和娜迪。扎迪和娜迪长大后,史诗中叙述的第一件事便是扎迪"拿来金竹做响篾,响篾送给娜迪弹。"又"砍来最好的泡竹,找来最好的葫芦,找到了蜂蜡和槽树,做出了第一只芦笙。"可见在拉祜人的概念中,芦笙是人类最早创造出来的一种乐器。吹笙聚舞,在史书中出现也较早。直接记述拉祜先民芦笙舞的,清代地方史志中已频频出现,如道光《云南通志》载:"倮黑聚时,亲戚会饮,吹笙为乐。"《威远厅志》:"倮黑性鲠直……男女杂聚,携手成圈,吹笙跳舞。"《元江州志》:"烹羊豕祀先,醉饱笙歌舞之。"等等,足见清时拉祜族芦笙舞发展已很盛。

据八十年代普查,拉祜民间现共有芦笙舞组合套路一百三十六套。主要分布在澜沧、西盟、孟连、勐海、双江、临沧、沧源等县。

从芦笙舞一百多个套路中,可以看出不同社会形态对舞蹈的产生、演变和发展的影响。一些模拟鸡、鸭、猴、鸟和简单劳动动作的套路,表现出狩猎、采集等原始生产时期的古朴生活和思想感情。原始宗教意识形成之后,芦笙舞的套路在与祭祀活动的结合中带上了宗教色彩,并产生出一些如"嘎祭""扫出""扫进""讨福种"等直接表现宗教内容的套路。拉祜族崇敬葫芦,把葫芦视作祖先诞生的母体象征,"没有成熟的葫芦,就没有拉祜的笙歌"(民间歌谣);芦笙吹出的声音能与天神通话,能使四散的拉祜人闻声相聚;人们跳起芦笙舞,可以超越时空,与神同乐,得到神的庇佑;这些观念,当是原始信仰的遗留。原始宗教及其歌舞事神活动,客观上把一些自然形态的舞蹈逐渐整理规范为相对稳定的组合套路,起了促进芦笙舞发展的作用。大量表现生产生活的套路,则真实地记录下了拉祜人民生产方式发展变化的轨迹。

跳歌是与芦笙舞联系密切而又自成体系的另一古老舞种,有一百一十个套路明清以前就盛行于金沙江流域和洱海一带拉祜、彝、白、傈僳、纳西等氐羌后裔各族中。现在,凡拉祜族聚居地区均有此舞。经普查,现存套路共一百十一个,凡拉祜族聚居地均有流传,尤其以景谷、镇沅、思茅、墨江、江城、元江、勐腊、绿春、金平、镇康、云县、永德、耿马等县与其他1028

民族交错聚居或杂居的地区较盛行。

从形式看,跳歌比芦笙舞有较多规范的动作组合和队形变化,不少地区加以伴歌,歌词多用汉语,七字押韵。伴奏乐器因地而异,在澜沧、勐海、孟连、双江、临沧、沧源等地用小三弦、竹笛,称"三脚歌""跳三脚"或"打歌"。澜沧江以东地区用芦笙、竹笛、中小三弦,称"跳笙"或"跳歌"。有的地方以所用伴奏乐器命名,称"芦笙舞"或"跳芦笙"。

跳歌作为独立舞种的形成,与各民族的长期交往有着直接的联系,是各族人民文化交流、团结合作以及审美共性的产物。它的风格特点又受地域性经济发展水平和传统文化的差异而呈现出多姿多彩的个性特征。

摆舞是一种优美的女性舞蹈,有八十一个套路,主要流传在澜沧、孟连两县的部分拉祜族聚居地。关于它的形成,目前有两种说法。一说受傣族文化影响而产生。依据有二:摆舞分布地与傣族相邻,其服饰、生活习俗等受傣族影响较大;主要伴奏乐器象脚鼓、铓、镣,可能传自傣族。二说与芦笙舞一样,也是拉祜族的传统舞蹈。理由也有二:摆舞与芦笙舞的内容基本相同,动律具有拉祜舞蹈的传统特征而与傣族舞蹈风格不同;拉祜神话传说中多处说到象脚鼓,说明象脚鼓也是拉祜族的传统乐器,未必来自傣族。从以上情况分析,摆舞为拉祜族的传统舞蹈是可以肯定的。

此外,在镇沅、新平、金平等地居住的拉祜人民由于过去生产力水平比较低下,与外族接触较少,五十年代才走出原始森林,与周边兄弟民族交往。这些地区所保存的古老祭祀乐舞,对研究拉祜族历史文化有着特殊的意义。

(执笔:杨文康)

# 拉祜族舞蹈的常用服饰、道具

#### 拉祜纳女子服饰

头缠长约 500 厘米、宽约 40 厘米的黑布包头或白色毛巾,穿高开岔黑布长袍(衣领、岔边和袖筒镶以红、黄、绿三色为主色调的布纹饰,并嵌银泡)、肥大的长裤(裤脚镶彩色布纹饰),戴手镯、耳环等银饰。过去赤足,目前普遍穿布鞋或胶鞋。



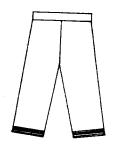
拉祜纳女子



拉祜纳女长袍



拉祜纳女子头饰`



拉祜纳女长裤

## 拉祜西女子服饰

头缠长毛巾,穿黑色窄袖短衫和长筒裙(短衫胸部镶彩色布纹饰、嵌银泡,袖筒及筒裙多用红、白、蓝三色布条相间镶饰),戴手镯、耳环等银饰。过去赤足,目前普遍穿布鞋或胶鞋。



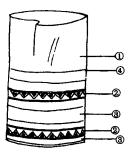
拉祜西女子



拉祜西女子头饰



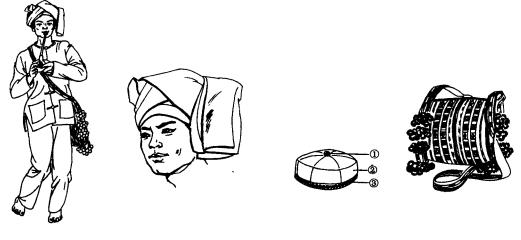
拉祜西女短衫



拉祜西女簡裙 ①红色 ②彩色纹饰 ③黑色 ④黑色条纹

## 男子服饰

包黑色头巾或戴黑色无沿帽,穿黑或蓝色无领对襟或右襟上衣、大裆裤,右肩斜挎挂 包。过去赤足,目前穿布鞋或胶鞋。



拉祜族男子 拉祜族男子头饰

无沿帽

男挂包

①红色 ②黑色 ③彩色花边

## 道具

- 1. 葫芦笙 葫芦的大小,音管的长短及音域的高低,均由艺人根据自己的爱好自行 选做。
- 2. 三弦 琴身用椿木或花桃木雕成,共鸣箱用笋壳或动物薄皮蒙盖,弦用丝弦或钢丝 弦。三弦的大小由艺人自定,一般长约50厘米左右。
- 3. 的噜 用泡竹或荆竹制做。长约 15 厘米,直径约 0.7 厘米。接音阶需要在竹管上 抠六个音孔,吹口下方抠方孔安装簧片。
- 4. 象脚鼓 式样参见"统一图"中的"中象脚鼓",长约80至90厘米,鼓面直径约30 至 40 厘米。



# 芦 笙 舞

# (一) 概 述

"芦笙舞"是拉祜族最具代表性的一大舞种。拉祜语称"戛剋",即跳芦笙的意思。有的地区沿用周边民族的称谓,称"打歌"。经普查,现有组合套路(节目)一百三十六套,分别表现原始宗教礼仪、生产生活、模拟动物情趣等内容。主要流传于澜沧、孟连、西盟、勐海、双江、耿马、沧源等县的拉祜族聚居区。

芦笙,是最受拉祜族崇敬和喜爱的乐器,在男性中无论大人小孩几乎是人人必备。民间流传着很多有关芦笙和芦笙舞蹈的传说,较为完整的有如下几种:一、天神厄莎创造了人类和万物,又教会了人生产生活。拉祜人为了感激他,在庄稼成熟的时候献上新米和鲜果,并派出五个兄弟去请他前来尝新。五兄弟走了很长很艰难的路,拄着竹棍到了厄莎居住的石洞前,但敲门敲肿了手、喊哑了喉咙也未能把睡着的厄莎唤醒。他们便一起吹起手中的竹棍。没想到五根竹棍发出动听的和音把厄莎唤醒了。于是,厄莎来到拉祜人中间,接受人们的膜拜,和人们一起尽情欢舞,同享收获的喜悦。后来,依据拉祜族的祖先是从葫芦里出来的传说,人们把五根竹管插入葫芦做成芦笙。每年新米节和春节就跳起芦笙舞表达对天神的敬仰,庆贺丰收、祈求来年吉祥幸福。二、很久以前,有夫妻俩生了五个儿子,儿子长大成人后,远离父母各奔东西。父母日思夜念,上高山呼,下箐底喊,总也听不到儿子的回音。一天,老阿爸上山破了五根长短不同的竹子,代表五个儿子,凿了眼捆在一起,再用荆竹做成簧片,插入葫芦,做成一只芦笙吹奏起来。结果,笙音传遍崇山峻岭,五个儿子在同一天从四面八方闻声而归,全家团聚,抱笙起舞。此后,芦笙和芦笙舞就作为召唤和团聚族众的象征在拉祜山四处流传,代代相承。三、勤宾坝子有一位心肠十分善良的老人叫

哈哥叭。一天,他从河边的草丛中拣回一个无人照料的婴儿,取名祝布路,细心抚养。祝布路象竹笋般长大,三天就成了大人。祝布路非常感激老人家,并用爱心报答拉祜人民。他来到母嘎勐糯,教会了人用蓝靛染布,创造了男女服饰和挂包;他来到班刊,帮助拉祜人一次又一次打败了外族的进犯,使人们过上安居乐业的生活。在喜庆的日子里,祝布路看到人们只会喝酒唱歌,不会跳舞,便创造了九十九套芦笙舞教给人们。此后,拉祜族就成了能歌善舞的民族。从以上传说可以看出,拉祜人民赋于芦笙舞一种古朴、神秘的原始宗教色彩,反映了崇敬神灵、崇尚团结、祈望幸福生活的传统文化心理。

芦笙舞活动有两种性质,一种为宗教礼仪活动,在民族节日和重大庆典中举行,要求按一定的程序跳完所有套路;另一种在婚丧场合和一般娱乐场合进行,不跳祭祀性内容的套路,其余套路无一定程序,可随心所欲,任意增减,每个套路既可作单独节目反复表演,也可作为一部分连贯其中。

具有宗教意义的芦笙舞活动主要在农历八月十五日在寨子的"神林"以及春节期间在寨内家中和广场举行。届时由主持者(家长或村寨头人)选定德高望重、舞技全面的老年或成年人担任领舞。舞蹈程序为:先在家中摆一张篾桌,作为敬献神灵的供桌,桌上放一箩谷种、一对粑粑(分别象征太阳和月亮)、一对蜂蜡、一对香、一壶酒和猪肉(第一二年摆鲜肉一块,第三年摆猪头一个,仪式结束后送给领舞者)。主人给领舞者"拴线"、敬酒,表示敬意后,舞者围着供桌跳"嘎祭"(西盟称"接谷神种",勐海称"磕头舞"),然后由二人抬供桌,其余舞者随之边走边跳来到屋外庭院或广场,继续跳完其他祭祀舞蹈,接着跳生产劳动过程、生活情趣和模拟动物的舞蹈,此时众人可随意加入。最后以"嘎祭根"、"收财进家"等套路,从庭院或广场跳回屋内,表示把得到神灵保佑的福气带回家里。舞蹈结束后,由领舞为主人"拴线"以示吉祥。供桌上的谷子就被视为吉祥的种子留待春播。集体的祭祀礼仪活动在寨内广场举行,程序大体与上述相同。所不同的是最后由头人将供桌上的谷子分给各家,由各家捧回掺在待春播的谷种中。临沧、双江等地的"起歌"、"大路歌"也类似这样的程序,所不同的是,"起歌"在春节正月初二晚上,按十二属相连续跳十二天为止,以"大路歌"作结。

芦笙舞形式上多以男子持芦笙在圈内边吹边跳,妇女则携手在外围圈伴舞。舞者人数不限,均随吹芦笙领舞者变换套路和节奏。其间,部分摸拟动物情趣和情绪表演套路,出现单人、双人和三人以上的技巧及配合表演形式。舞蹈以走步、踏步、蹲步、绕脚和身段的俯、仰、摆、转等为主要动作特点。

舞蹈以八度音域的五管葫芦笙伴奏,音乐多为徵、宫两种调式,演奏时,多在旋律下方配以三度或五度和音。舞蹈不受音乐长度的严格限制,仅要求与节奏合拍,无限反复直至结束。

# (二) 音乐

# 舞 曲 一

1 = C 中速

传授 罗六保(拉祜族) 记谱 黄帮勇等

舞 曲 二

1=F 中速

传授 李增保(拉祜族) 记谱 张晓东等

舞 曲 三

1 = G 中速

传授 罗六保(拉祜族) 记谱 张晓东等

舞 曲 四

1 = D 中速

传授 罗六保(拉祜族) 记谱 张晓东等

舞 曲 五

1 = F 中速

传授 张扎发(拉祜族) 记谱 黄帮勇等

 $\frac{2}{4} \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{350}{350} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{1}} \frac{^{\frac{1}{1}}}{1}}{1} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{30} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}} \frac{^{\frac{1}{5}}}{5}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{30}{5} \, \left| \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{30}{5} \, \right| \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{^{\frac{1}{5}}}{5} \, \frac{\frac{1}{5}}{5} \, \frac{\frac{1}{5}}{5} \, \frac{\frac{1}{5}}{5} \, \frac{\frac{1}{5}}{5} \, \frac{\frac{1$ 

舞 曲 六

1 = C 中速

传授 张扎发(拉祜族) 记谱 张晓东等

 2 56
 5 5
 2 1
 2 3
 2 56
 5 5
 2 1
 6 1
 1 56
 5 5

 1 5 1
 3 2
 1 5 1
 5 5
 2 5 1
 5 5

 2 5 1
 5 5
 2 5 1
 5 5

 4
 4
 4
 4
 4

 1 = G 中速
 6 ½
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4
 4

舞 曲 八

1 = F 中速

传授 李扎都(拉祜族) 记谱 张晓东等

# (三) 服饰、道具

服 饰(均见"拉祜族舞蹈的常用服饰"图)

男舞者着拉祜族男子服饰,女舞者着拉祜纳或拉祜西女子服饰。

#### 道具

- 1. 葫芦笙(见"拉祜族舞蹈的常用道具图")
- 2. 供桌 用竹篾编成的一张高约 45 厘米的圆桌,桌上置一盛谷种的箩筐,箩筐内插两支香和鲜花、甘蔗等,箩筐两旁摆一对蜡烛,四周摆一对糯米春成的粑粑,一对蜂腊,一葫芦酒,一块鲜肉或猪头。



供 桌

# (四)动作说明

## 芦笙的执法

- 1. 捧笙(见"统一图")
- 2. 单握笙(见图一)
- 3. 咬笙 松开捧笙的双手,用嘴咬住吹管。

#### 基本动作

1. 后踢步

准备 "捧笙"站"八字步"。(以下各动作的准备均同此)

第一拍 左脚向前上一步,稍屈膝为重心,右小腿向后踢,同时,双手"捧笙"前伸,身 1038



图一

微左拧(见图二)。称右"后踢步"。

第二拍 做第一拍的对称动作。称左"后踢步"。

2. 前踢步

第一拍 左脚向前迈一步,经稍屈伸直,同时右腿向前稍屈膝抬起,勾脚,稍开膀,微右拧,身稍后仰(见图三)。称右"前踢步"。

第二拍 做第一拍的对称动作。称左"前踢步"。



3. 单起双脚跺

第一拍 做右"后踢步"。

第二拍 左脚跳起,双脚同时跺地,双膝稍屈。称左"单起双脚跺"。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。称右"单起双脚跺"。

4. 双跺靠腿

第一拍 双脚踩地,右脚随即靠于左小腿下部,左膝稍屈,身微仰。称右"双跺靠腿"。

第二拍 做第一拍的对称动作。称左"双跺靠脚"。

5. 双跺前踢

第一拍 做"单起双脚跺"的第二拍动作,右腿随即稍屈膝向前抬起,勾脚,稍开胯,身稍后仰,微右拧。称右"双跺前踢"。

第二拍 做第一拍的对称动作。称左"双跺前踢"。

6. 单脚跺

第一拍 做右"后踢步"。

第二拍 右脚在左脚旁跺地后,小腿速向后略抬。称右"单脚跺"。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。称左"单脚跺"。

7. 双腿蹲跳

第一拍 "大八字步蹲",脚跟提起,"捧笙"略向左摆,身稍右倾。

第二拍 双腿向左蹲跳一步(见图四)。称左"双腿蹲跳"。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。称右"双腿蹲跳"。

## 8. 跺盖步

第一拍 双脚跳起跺地后,重心移至左脚,稍屈膝,同时右腿顺势自然稍抬。

第二拍 右腿盖落于左脚前,同时左小腿向后稍踢起。称右"跺盖步"。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。称左"跺盖步"。

9. 起笙

第一~二拍 做"后踢步"。

第三拍 左脚落地,成右"丁点步",上身微左倾后仰(见图五)。

第四拍 重心移至右脚,膝稍屈,左脚跟随之离地。

第五~六拍 同第一至二拍。

第七拍 做右"后踢步"。

第八拍 做"单起双脚跺"的第二拍动作。

第九拍 做左"后踢步",后退一步。

第十拍 做"单起双脚跺"的第四拍动作。

第十一~十二拍 双腿向前跺地后,重心移至左脚,稍屈膝,同时右脚经擦地稍抬起顺势经前向旁至后划半圈(见图六)。



图五



图六

第十三~十四拍 右脚在后落地屈膝为重心,左脚伸向左前成左"丁点步",身稍后仰。

第十五拍 左脚后退一步,屈膝,同时右脚跟着地,脚尖翘起。

第十六拍 重心移至右脚稍屈膝为重心,左脚跟随之离地。

10. 落笙

第一~二拍 做"后踢步"。

第三拍 做右"后踢步"。

第四拍 同"单起双脚跺"的第二拍。

## 女子的专用动作

准备 众女舞者相互扣手。

第一拍 右脚向右横移一步。

第二拍 左脚靠拢右脚,双脚跟踮起,同时下臂上举(见图七),随即脚跟落下,同时双手向下甩。

## 套路动作

做以下各套路动作前均先做一遍"起笙"作为开始,每个套路动作均可任意反复,最后一个套路做完后做一遍"落笙"作为结束。



图七

## 1. 嘎祭(吹奏舞曲一)

第一拍 双腿向前跳起跺地,重心移至左脚,膝稍屈,同时右腿屈膝勾脚侧抬 45 度,稍开膀,身稍左倾后仰(见图八)。

第二拍 左脚跟踮一下,右脚随之收于左脚旁。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 左脚向右横移一步,稍屈膝,右脚跟随之离地,上身直立。

第六拍 左脚跟踮一下,膝稍屈,同时右小腿经后抬于左脚旁跺地。

第七拍 右脚向前一步,稍屈膝,左脚跟随之离地,上身直立。

第八拍 做第六拍的对称动作。

第九~十二拍 做第五至八拍的对称动作。

第十三拍 右脚向前蹭一小步,膝稍屈,同时左脚跟用力向右前擦出落于右脚前,上身稍左倾(见图九)。



图八



图九

第十四拍 同第六拍。

第十五~十六拍 做第十三至十四拍的对称动作。

2. 迎亲(吹奏舞曲二)

第一拍 左脚后退一步,稍屈膝,同时右腿屈膝稍前抬,右小腿自然下垂。

第二拍 左脚跟踮一下,膝稍屈,同时右腿略抬起顺势经旁划至左脚后以脚尖点地, 上身随之右拧稍左倾(见图十)。

第三拍 右腿向前跨一步,屈膝,同时左腿稍旁吸,左脚贴于右腿弯处,上身稍左倾 (见图十一)。







图十

图 十一

图 十二

第四拍 左脚略退一步,稍屈膝,右脚跟着地、脚尖翘起,身稍后仰。

第五拍 右脚退一步踮起脚跟,右膝随之微屈伸一次,左腿随之稍前抬。

第六拍 左脚向前跨一步,稍屈膝,上身稍前俯。

第七拍 左脚跟踮一下,同时右腿屈膝勾脚前抬45度,稍开胯。

第八拍 右脚后退一步,稍屈膝,左膝顺势略前抬,身微后仰。

第九拍 左脚落于右脚旁,稍屈膝,上身起直。

第十拍 右脚踮跳一次顺势转向左后,膝随之微屈伸,同时左腿屈膝旁抬 45 度,身稍右倾。

第十一拍 做第十拍的对称动作。右脚随之落地。

第十二拍 左脚经跺地向右前稍屈膝抬起 45 度,上身随之直起。

第十三拍 右脚跟踮一下,左脚随之收于右脚旁。

第十四~十七拍 做第十至十三拍的对称动作。

3. 福种寿种(吹奏舞曲一)

第一拍 右脚后退一步,稍屈膝,上身稍后仰。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 右腿后退一步,稍屈膝,同时左腿屈膝前抬45度,上身随之直起。

第四拍 右脚跟踮一下,左脚随之收于右脚旁。

第五拍 右脚前跳,双脚同时跺地,左小腿随即后抬。

第六拍 左脚在右脚旁跺一下地随即向前擦出以脚尖点地,双膝稍屈,身稍前俯(见图十二)。

第七拍 重心移至左脚,身稍前倾。

第八~十一拍 做第四至七拍的对称动作。

## 4. 磕头(吹奏舞曲二)

第一拍 左脚向前跨一步,稍屈膝,右脚跟随之离地,上身稍前俯。

第二拍 重心后移,右膝屈,左脚跟随之提起。

第三拍 同第一拍。

第四拍 重心后移,右膝屈,左腿屈膝稍前抬。

第五拍 左腿向前跳一下,顺势做右"后踢步"。

第六拍 左腿再向前跳一步,右腿原位。

第七拍 做右"双跺靠腿"。

第八拍 右腿深屈膝,同时左小腿后踢。

第九拍 做"双跺靠腿"。

第十拍 做第八拍的对称动作。

第十一~十四拍 做第五至八拍的对称动作。

第十五拍 右脚跺一下地顺势向左前划出,同时左腿稍屈伸一次。

第十六拍 重心移至右脚,稍屈膝,左脚跟随之离地。

第十七~十八拍 做第十五至十六拍的对称动作。

第十九拍 左脚跺一下地,左小腿顺势后抬,右腿稍屈膝。

第二十拍 左腿稍前抬,右膝略屈伸。

第二十一拍 左脚划前弧至右侧落地,上身随之右拧,右脚跟顺势离地。

第二十二~二十三拍 做第十九至二十拍的对称动作。

第二十四拍 左膝稍屈伸一次,收右脚靠于左小腿上,上身稍前俯。

5. 扫地出门(吹奏舞曲二)

第一拍 左脚向左迈一步左转四分之一圈,膝微屈,上身稍向左倾。

第二拍 右腿向左前迈一步左转四分之一圈,膝微屈,成背对圆心。

第三拍 左腿后撤一步左转四分之一圈,右腿稍吸起。

第四拍 右腿屈膝以大腿带动小腿用力向左摆动(即扫地之意),同时左膝屈伸一次,身稍前俯。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

6. 双脚跺,田地肥(吹奏舞曲二)

第一拍 双脚跺地,左腿随即向前稍屈膝勾脚抬起,稍开胯,上身微右拧后仰。

第二拍 右脚踮一下,左脚随之收于右脚旁。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 左膝稍屈,同时右小腿向后撩起,上身略右拧左倾,眼视右下方(见图十三)。 第六拍 左单腿跳一下左转三分之一圈,左脚落地的同时右脚于左脚旁跺地,上身稍 左倾。

第七~八拍 同第五至六拍。

第九~十拍 左脚跟踮一次,同时右脚经跺地前抬一下收回于左脚旁,上身直起。

第十一~十二拍 做第五至六拍的对称动作。

7. 找地(吹奏舞曲三)

第一拍 转向右侧,做右"后踢步"。

第二拍 左转成面对圆心,做左"后踢步"。

第三拍 左脚在身后落地为重心,稍屈膝,右腿拖地收回成"正步",双脚顺势踮起,上身稍前倾。

第四拍 双脚跟落地,上身直立。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

8. 钐地(吹奏舞曲四)

第一拍 做左"双跺前踢"。

第二拍 保持姿态,右脚跟踮一次。

第三拍 左脚带动左腿向左侧摆动(钐草之意),右腿随之成半蹲,上身稍右倾(见图十四)。

第四拍 右膝伸直,左腿顺势成前"吸腿"。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 双脚向前跳跺地,右腿随即旁吸,右脚靠于左小腿后,左膝稍屈,上身稍前俯(见图十五)。

第十拍 做第九拍的对称动作。



图 十三



图 十四



图 十五

第十一拍 做右"双跺前踢"。

第十二拍 左脚跟踮一次,右腿随之收于左脚旁。

9. 撒谷种(吹奏舞曲四)

第一拍 双腿原地跳跺地,双膝屈,上身直立。

第二拍 右腿原位为重心,左脚用脚尖经前向左划一小圈顺势提起成左"旁吸腿"。

第三拍 左小腿向旁弹出(即撒种之意)。

第四拍 左小腿收回。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

10. 铲田埂(吹奏舞曲四)

第一拍 面对圆心,右脚勾脚用力以脚跟擦地向前踢出(铲田埂之意),左腿稍屈膝, 上身稍后仰。

第二拍 右腿收回成两膝相靠,左小腿稍后抬,身体直立。

第三拍 做第一拍的对称动作。

第四拍 右脚向左前跨一步为重心,左脚跟随之离地,稍屈膝。

第五拍 做第一拍的对称动作。

第六拍 重心移至右脚,左脚做"刨步"一次。

第七~十二拍 做第一至六拍的对称动作。

11. 栽秧(吹奏舞曲四)

第一拍 双脚向右前跳起跺地,顺势稍屈。

第二拍 右腿稍抬起,经右前向左划前弧至左脚旁成右"虚点步"。

第三拍 右腿屈膝用脚尖向右前点一下地随即抬起(即插秧之意),上身稍向前倾。

第四拍 右腿划至右后,用脚尖向右后侧点一下地随即抬起。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

12. 谷子扬花(吹奏舞曲三)

第一拍 做右"双跺前踢"。

第二拍 右腿保持姿态,左膝上下屈伸一次。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

13. 撵小雀(吹奏舞曲三)

第一~三拍 做"起笙"的第一至三拍的动作。

第四拍 右腿微屈膝向左前提起 45 度即收回于左脚旁,同时左脚跟踮一下。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 双膝屈,同时躬身收小腹,左"单手笙",右手触地一次做捡起石子状(见图十六)。

第十拍 右腿微屈膝向左前抬起,右手顺势向前方抛出,做抛出石子状,上身顺势起直(见图十七)。



图 十六



图 十七

14. 风吹谷子倒(吹奏舞曲四)

第一~三拍 做左"双腿蹲跳"三次。

第四拍 左脚跟踮一次,右腿顺势向左前抬 45 度随即落回,身体随之直立。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

15. 破篾子(吹奏舞曲四)

第一拍 做右"前踢步"。

第二~三拍 左腿不变,右脚做"刨步"两次。

第四拍 做左"前踢步"。

第五~六拍 做第二至三拍的对称动作。

第七拍 做右"前踢步"。

第八拍 右腿收回于左脚旁。

16. 编篾笆(吹奏舞曲四)

第一~四拍 同"破篾子"的第一至四拍。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 做右"后踢步",上身前倾。

第十拍 同"单起双脚跺"的第二拍。

第十一~十二拍 做第九至十拍的对称动作。

第十三~十六拍 双脚向前跳跺四次,上身稍前倾。

17. 找弯棍(吹奏舞曲三)

第一拍 右脚向右前走一步,同时左脚尖拖地跟于右脚后。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 双腿并拢,双脚跟踮一次,上身直立。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

第七拍 做右"前踢步"。

第八拍 右脚跟向下磕地一下(即砍树之意)。

第九拍 右腿向前伸出以脚跟着地,左膝屈,同时左"单手笙",右手亦向前伸出,手心向上。

第十拍 右脚在左脚前踏地,顺势做左"前踢步"。

第十一~十二拍 做第八至九拍的对称动作。

第十三拍 左腿收回顺势做左"跪蹲",左手同时向下伸出做捡起棍子状。

第十四拍 身体立起,同时左手抬起双手端起做握棍状。

18. 割谷子(吹奏舞曲四)

第一拍 做右"双跺前踢"。

第二拍 右腿收回不落地,上身稍前倾。

第三拍 右脚向前跨一步,膝稍屈,左脚跟随之离地,上身微仰稍右倾(见图十八)。

第四拍 重心移至左脚,右腿随之收于左脚旁,上身稍前倾。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 左腿向左前跨一步,屈膝,右腿随之稍前抬,右小腿顺时针方向划一小圈,上身稍后仰。

第十拍 右脚落地,膝稍屈,左小腿后抬 45 度,上身前倾。

第十一拍 右腿姿态不变,左腿稍前抬。

第十二~十四拍 左小腿逆时针方向划三圈,上身稍前倾。

第十五拍 左脚跺地。

第十六拍 左脚在右脚前点地成左"虚丁步"。

第十七~二十四拍 做第九至十六拍的对称动作。

第二十五拍 左脚向前跨一步,膝稍屈,同时右腿旁吸,右脚靠于左小腿后。

第二十六拍 右腿稍后抬,左腿姿态不变。

第二十七~二十八拍 做第二十五至二十六拍的对称动作。

19. 堆谷子(吹奏舞曲四)

第一拍 做右"双跺前踢"。

第二拍 右腿收回不落地,双膝稍屈,上身前倾。

第三拍 右脚向前走一步,膝稍屈,左脚跟随之离地,上身稍后仰。

第四拍 左脚后撤一步,右腿随之收回至左脚旁,上身前倾。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。



图 十八

第九拍 左脚向左前跨一步,膝稍屈,同时右腿稍前抬顺势向左划半圈,上身稍后仰。

第十拍 右脚落地,膝稍屈,左小腿稍后抬,上身前倾。

第十一~十三拍 左腿屈膝向前抬起,大腿呈 90 度,随即向下用脚尖点地三次。

第十四拍 左腿开胯向左划成旁抬腿,随即向右前用脚尖点地(堆谷子之意)。

第十五~二十拍 做第九至十四拍的对称动作。

20. 打谷子(吹奏舞曲四)

第一拍 做右"前踢步"。

第二拍 右小腿向左摆动一次(做用脚拍打谷子状),左膝随之屈伸(见图十九)。

第三拍 右脚落地,做左"前踢步"。

第四拍 做第二拍的对称动作。

第五拍 左脚落于右脚旁,上身直起。

第六拍 做左"双跺前踢"。

第七拍 左腿保持姿态,右脚跟踮一次。

第八拍 左脚掌着地顺时针方向划一小圈,身稍前倾。

第九拍 左腿向右前稍抬起,右脚跟踮起。

第十拍 右脚跟落地,左腿收回于右脚旁。

第十一~十五拍 做第六至十拍的对称动作。

21. 扬谷子(吹奏舞曲四)

第一拍 面对圆心,左脚向前上一步,稍屈膝,同时右腿屈膝前抬90度。

第二拍 右脚尖点地一次。

第三拍 右脚落于左脚旁。

第四拍 左腿屈膝前抬 45 度,右腿稍屈膝。

第五~六拍 左腿向右摆动两次,膝随之屈伸两次。

第七拍 左脚落于右脚旁。

第八~十一拍 做第四至七拍的对称动作。

22. 背谷子(吹奏舞曲四)

第一拍 面对圆心做右"双跺前踢",右腿随即由前经旁向后划半圈,上身稍前倾。

第二拍 右脚向后落地,屈膝,左脚勾脚,脚跟着地。

第三拍 做第二拍的对称动作,上身顺势后仰。

第四拍 重心移至右脚,膝稍屈,左脚跟随之离地,上身稍前倾。

第五拍 左脚向圆心跨一步,稍屈膝,上身随之右转四分之一圈,右腿旁吸右脚贴于 左膝后,上身微左倾前俯。



图 十九

第六拍 右脚落地屈膝成右"丁点步",上身稍仰向右后。

第七拍 右脚起跳,右小腿后抬,左脚经前提落地,顺势左转半圈。

第八拍 做左"单起双脚跺"。

第九拍 右腿向左前走一步,与左腿成交叉状,稍屈双膝,左"单手笙",右手背于后腰 部,身稍前俯,做背谷子状。

第十拍 做第九拍的对称动作。

第十一拍 右脚向右碾转四分之一圈,左脚经后抬落于右脚旁。

第十二~十四拍 做右"单手笙",左手摸胸后,腿做第九至十一拍的动作。

23. 砍柴(吹奏舞曲五)

第一拍 做右"前踢步"。

第二拍 右腿保持姿态用力向左摆动(即砍柴之意)。

第三拍 右腿摆回。

第四拍 同第二拍。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

24. 春盐巴辣子(吹奏舞曲五)

第一拍 双脚跳起跺地,右腿随即向左划一个前弧,左膝稍屈,上身稍前倾。

第二拍 右脚落于左脚前,膝屈,左脚随即后伸以脚尖着地。

第三拍 左脚经旁向前划弧,于右脚前踏地,屈膝,右小腿随即后抬,挺胸,头后仰。

第四拍 同第一拍。

第五拍 右脚向前踏一步,屈膝,左小腿向后抬起 45 度,上身前倾。

第六拍 同右"单起双跺脚"的第二拍。

第七拍 做右"前踢步"。

第八拍 右脚向右前用脚跟用力击地(即舂盐之意)。

第九~十拍 姿态不变,右脚尖一拍一次向左右摆动(见图二十)。

第十一~十四拍 做第七至十拍的对称动作。

25. 煮饭(吹奏舞曲五)

第一拍 右脚勾脚向前蹭出稍抬,左膝稍屈。

第二拍 左腿不变,右脚用前脚掌向左前点一下地随即收回。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 左脚向前跨一步,膝稍屈,右脚跟随之离地,上身稍前倾。

第十拍 右脚尖经右侧向左划前弧至左脚旁,顺势左转四分之一圈,上身稍前倾。 第十一~十二拍 做第九至十拍的对称动作。



图 二十

26. 摆饭桌(吹奏舞曲六)

第一拍 左腿向前跨一步,膝稍屈,右脚跟随之离地,上身稍前倾。

第二拍 右腿稍屈膝勾脚向前抬起,稍开胯。

第三拍 左腿不变,右腿在空中顺时针方向划一圈。

第四拍 右脚向前落地成右"前弓步"。

第五拍 双脚起向前跳一下并拢跺地,左腿屈膝为重心,右小腿随即后抬 45 度,身体稍向左倾。

第六拍 做第五拍的对称动作。

第七拍 做右"双跺前踢"。

第八拍 左脚踮一次,右腿随之落地于左脚旁。

第九~十二拍 做第五至八拍的对称动作。

第十三~十六拍 做第一至四拍的对称动作。

27. 抽烟喝茶(吹奏舞曲六)

第一拍 向左前做右"双跺前踢"。

第二拍 右脚在左前落地,膝稍屈,左小腿随即后抬45度,上身稍前倾。

第三拍 左脚跺地,右脚向右前勾脚稍蹬出。

第四拍 右脚收回至左脚旁。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 左脚向前跳跺地顺势半蹲,右腿顺势屈膝向前伸出 以脚尖点地,上身稍前倾(见图二十一)。

第十~十一拍 左单腿向圆心跳两步,右腿保持姿态向前点 地两下。

第十二拍 左单腿向前再跳一步,右腿保持姿态,左"单手 笙",右手向前伸出一下收回放到嘴边(即抽烟喝茶之意)。

第十三~十六拍 做第九至十二拍的对称动作。

28. 摇娃娃(吹奏舞曲六)

第一拍 左肩对圆心,右脚向前跨一步,稍屈膝,左脚随即靠于右脚旁,双脚跟踮起, 身直立。

第二拍 双脚跟落地。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 双腿半蹲,上身直起。

第十拍 双腿伸直,上身稍前倾。



图 二十一

第十一拍 双腿半蹲,并向左侧送胯(见图二十二)。

第十二拍 收胯,双膝伸直。

第十三~十四拍 做第十一至十二拍的对称动作。

29. 摞草(吹奏舞曲四)

第一~二拍 做"起笙"的第一至二拍动作。

第三拍 左脚向前上一步,膝微屈,同时以胯带动左腿向左划半圈,右脚落回左脚旁, 胯稍后坐,身微前俯。

第四拍 右腿向右横迈一步,膝稍屈,上身略前俯。

第五~六拍 做"起笙"的第一至二拍动作。

第七拍 落左脚成"正步",双脚跟踮起,身直立。

第八拍 双脚跟落地。

第九拍 右腿屈膝向右旁伸出以脚尖点地,左膝屈,同时上身左倾。

第十拍 右脚向右前点地。

第十一拍 右脚向左前点地。

第十二拍 右腿收回于左脚旁,身体随之直立。

第十三~十六拍 做第九至十二拍的对称动作。

第十七拍 双腿原地跳跺地,右腿随即屈膝前抬。

第十八拍 右腿稍开胯,脚跟靠于左小腿前,"捧笙"于腹左前,左膝稍屈,上身微向右 拧倾,目视左下方(见图二十三)。







图 二十三

第十九~二十拍 左单腿向前跳两步,右腿姿态不变。

第二十一~二十四拍 左单腿跳四下向左绕一小圈。

第二十五拍 右腿勾脚向前稍屈膝抬起。

第二十六拍 右小腿收回成"前吸腿",稍开胯。

第二十七拍 右腿向前落地膝微屈为重心,左脚跟随之离地,上身前倾。

第二十八拍 重心移至左脚。

第二十九~三十二拍 做第二十五至二十八拍的对称动作。

30. 盖谷子(吹奏舞曲四)

第一拍 左腿向前跨一步膝稍屈为重心,右脚跟随之离地。

第二拍 右腿屈膝勾脚前抬90度,左膝微屈,上身右拧略仰。

第三拍 右脚向前落地稍屈膝为重心,上身稍后仰。

第四拍 做第二拍的对称动作。

第五拍 做"后踢步"的第一拍动作。

第六拍 左脚起跳,双脚并拢跺地,双膝屈,身稍前倾。

第七拍 右脚后退一步,稍屈膝,左腿随之勾脚后抬 45 度,上身前俯。

第八拍 做第六拍的对称动作。

第九拍 左脚向左跨一步,右脚跟随之离地。

第十拍 右腿屈膝前抬 90 度,右小腿顺势向左摆动一次。

第十一拍 左脚向左碾转半圈成背对圆心,同时右小腿再摆动一次。

第十二拍 右脚于左脚前落地,左腿随之稍后抬。

第十三~十四拍 做第十至十一拍的对称动作。

第十五拍 左脚于右腿前落地,右小腿随之稍后抬。

31. 谷子装仓(吹奏舞曲三)

第一拍 面对圆心,双脚向前跳跺地,双膝稍屈。

第二拍 右腿向前跳一下屈膝为重心,左脚㧟脚向前擦地伸出,收腹,身稍前倾(见图二十四)。

第三~四拍 右腿再向前跳两次,左脚掌先以脚内沿着地,接翻回原位。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

32. 老鹰(吹奏舞曲七)

第一拍 左脚向左横迈一步,屈膝,右脚跟随之离地,身稍前倾。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 左腿屈膝前抬90度,同时身转向右,右腿稍屈膝。

第四拍 左小腿逆时针方向划一小圈,上身直立。

第五拍 左脚向下点地随即抬起。

第六拍 左小腿向顺时针方向划一小圈。

第七拍 左小腿后抬,身稍前倾。

第八拍 双脚跺地,右脚随即屈膝向右前勾脚抬起,左腿稍屈膝,上身稍左倾。

第九拍 右脚用力拖回至左后,左腿半蹲,身稍右倾。

图 二十四

第十~十八拍 做第一至九拍的对称动作。

第十九拍 左脚于右脚旁踏地,顺势右转四分之一圈,双膝伸直。

第二十拍 上身前俯,"嘴咬笙",双手自然下垂(见图二十五)。

第二十一拍 双臂打开,手心向下做雄鹰展翅状(见图二十六)。

第二十二~二十四拍 身稍直起,双手背于身后拍掌两次后,双臂张开。



图 二十五

图 二十六

33. 鸭子(吹奏舞曲七)

第一拍 做右"双跺前踢"。

第二拍 右腿收回旁吸,右脚靠于左小腿后,身稍左倾微俯。

第三拍 右脚向右前跨一步,稍屈膝,左膝顺势顶于右膝后,左脚前脚掌着地,上身微前倾。

第四拍 上身直立,重心移至左腿,右腿收于左脚后以前脚掌着地,稍屈膝。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 双腿"大八字步半蹲",上身转向右前微前倾,双肩做" $\infty$ "形扭动一次(见图二十七)。

第十~十一拍 左脚起蹲着向前走两步,身稍前倾。

第十二拍 做右"双跺前踢"。

第十三拍 右小腿迅速收于左脚旁,上身前倾。

第十四~十五拍 做第十二至十三拍的对称动作。

34. 猴子(吹奏舞曲七)

第一拍 身转向右,做右"后踢步"。

第二拍 右脚经稍旁抬向前跨一步,左腿开胯向后勾脚抬起。

第三拍 腿做第一拍的动作,左"单手笙",右手伸向地,身前倾,做寻物状(捡果子之意)。

第四拍 动作同第二拍,同时右手由下抬至嘴边做吃果子状。

第五拍 向右转四分之一圈成背对圆心,左腿勾脚向后掀胯抬起。



图 二十七

第六拍 左腿姿态不变,右单腿向前跳一步。

第七拍 左腿向前上一步,膝稍屈,右腿屈膝勾脚掀胯后抬,右手向上伸,身前倾,仰 头看上,做摘果子状(见图二十八)。

第八拍 右腿向前迈一步,膝稍屈,左腿掀胯稍后抬,右手向后摸背(即抓痒之意)。

第九~十一拍 左脚起逆时针方向绕圆心走三步,每一步都要经**掀**胯拐腿(模拟猴子走路)前行。

第十二拍 做左"单起双脚跺"的第二拍动作,身稍前倾。

35. 孔雀(吹奏舞曲八)

第一拍 左腿向前迈一步稍屈膝为重心,同时转向右侧,身稍前倾。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 面对圆心,左腿后退一步,双腿屈膝,上身稍前倾。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五拍 左腿屈膝,右脚于右"丁点步"位点地。

第六拍 重心移至右脚,做第五拍的对称动作。

第七拍 左脚撤一步屈膝,右腿向右侧擦出再收回,上身前倾。

第八拍 做第七拍的对称动作。

(以下停止吹奏芦笙)

第九拍 右腿向右擦出成右"旁弓步",右手顺右脚伸出,左"单手笙"于右胸前。

第十~十一拍 右手抖动两次。

第十二~十四拍 做第九至十一拍的对称动作。

第十五~十六拍 移重心成"大八字步全蹲",双臂屈肘前抬,两手于肩前带动两下臂 同时向前划立圆两次(见图二十九)。

第十七拍 双腿跳跺地,左腿屈膝,右腿勾脚前吸脚,上身倾向左侧。

第十八拍 左腿不变,右脚用力收回至左小腿后。

第十九~二十拍 做第十七至十八拍的对称动作。



图 二十八



图 二十九

## 36. 鹌鹑(吹奏舞曲八)

第一拍 面对圆心,上左腿做右"跪蹲",左"单手笙"吹奏,右手虚握拳于胸前。

第二拍 腿做第一拍的对称动作,双手不变。

第三拍 左腿向前蹲走一步,右腿掀胯向右侧稍抬起一下用脚尖点地。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五~六拍 右脚掌向右前搓地伸出随即收回。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

第九~十拍 左脚踏地稍立起,右腿屈膝右脚顺势向右划一前弧,身体直起。

第十一~十二拍 做第九至十拍的对称动作。

第十三~十六拍 面对圆心,双腿"大八字步半蹲",右"单手笙",两肘向旁架起上下扇动四次(见图三十)。

## 37. 麂子(吹奏舞曲七)

第一拍 左腿向前跨一步,膝稍屈,右脚跟随之离地,身前倾。

第二拍 右腿跨向左前,用脚尖在左前点地一次随即抬起。

第三拍 右腿收回屈膝为重心,左脚跟踮起,身稍前倾。

第四拍 右腿不变,左腿抬起向右前点地,成左"丁点步"。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十拍 转向左侧成"大八字步全蹲",向前蹲跳两次。

第十一拍 双膝屈伸两次。

第十二~十四拍 做第九至十一拍的对称动作。

38. 青蛙(吹奏舞曲八)

第一拍 转向右侧的同时双腿跳起落地成"大八字步半蹲",身稍前倾。

第二~三拍 双脚起向前蹲跳两次。

第四拍 双腿伸屈一次,身体随之上下起伏。

第五拍 双脚起向右跳转一圈,落地后右腿随即稍屈膝勾脚前抬,左腿稍屈膝,身稍后仰。

第六拍 右脚收回带动小腿向后踢,双膝相靠,身稍前倾。

第七拍 双腿跳起跺地,右小腿随即勾脚后抬,左膝稍屈,身稍前倾。

第八拍 做左"单起双脚跺"的第二拍动作,左小腿随即勾脚后抬 45 度。

第九拍 做右"后踢步"。

第十拍 做右"单起双脚跺"的第二拍动作,身前倾,双膝稍屈。

39. 斗鸡(吹奏舞曲八)

此套路为双人表演,在众人围圈表演时,人数必须为偶数,始终保持二人为一组,相对



图 三十

#### 而舞。

第一拍 左腿屈膝向右前抬起 45 度,右腿稍屈膝。

第二拍 左小腿后抬,两膝相并(见图三十一)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 左单腿向前跳一步,二人右膝相对(见图三十二)。



图 三十一

图 三十二

第六拍 左单腿向后退跳一步,姿态不变。

第七拍 左单腿再向前跳一步,右腿㧟脚踢出,二人用脚背相碰。

第八拍 左单腿向后退跳一步,二人姿态不变。

第九拍 左单脚向左跳转半圈,成二人背相对,右小腿随即向后踢,以右脚掌相碰(见图三十三)。

第十拍 保持原姿态,二人同时向前跳一步。

第十一拍 二人同时向后跳,再次用右脚 掌相碰。

第十二~十三拍 右脚落地顺势右转半 圈,二人成面对面,做第一至二拍的动作。

第十四~十五拍 右腿落地顺势右转半 圈成二人背对背,做第十至十一拍的对称动 作。



图 三十三

# 40. 男人(吹奏舞曲八)

第一拍 转向左侧。左腿向左前跨一步,稍屈膝,右脚跟随之离地。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 重心移至左腿成右"丁点步",上身后仰。

第四拍 重心移至右腿成右"前弓步",身前倾。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 双脚向前跳跺地,屈膝,上身前倾。

第十拍 右腿向右前稍屈膝抬起 45 度,左腿稍屈膝,上身稍向左倾。

第十一~十二拍 做第九至十拍的对称动作。

41. 女人(吹奏舞曲八)

第一拍 左脚向右前跨一步,稍屈膝,同时右小腿后抬 45 度,身稍前倾。

第二拍 左脚向左碾转半圈,右腿于左脚前踏地屈膝,左小腿随即后抬 45 度,双手捧 笙于右胯前,上身稍俯。

第三拍 做第二拍的对称动作。

第四拍 脚做左"单起双脚跺"的第二拍动作,上身前倾。

第五拍 双膝屈,左脚跟踮起,身向右倾。

第六拍 左脚跟落地,双膝伸直,身体随之直立。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

第九拍 右转半圈成面向圆心,成"正步半蹲",胯随即向左送出,挺胸。

第十拍 做第九拍的对称动作,但不转圈。

第十一拍 双脚跳起跺地,右腿随即屈膝勾脚前抬 45 度,左腿稍屈膝,身微左倾稍后仰。

第十二拍 左腿原地向右跳转半圈,同时右小腿勾脚后抬25度,身稍前倾。

第十三拍 双腿向前跳跺地,右腿随即屈膝勾脚向右前抬起 45 度。

第十四拍 右腿经右侧往后划半圈于左脚旁跺地,左腿随即屈膝勾脚前抬 45 度,身稍后仰。

第十五拍 左脚落地顺势左转一圈,同时右小腿勾脚后抬 45 度,上身前倾。

第十六拍 做左"单起双脚跺"的第二拍动作。

第十七拍 左脚后退一步左转半圈,同时右小腿勾脚后抬 45 度。

第十八拍 右转半圈成面对圆心,做左"单起双脚跺"的第二拍动作,身稍前倾。

第十九拍 右腿后退一步,左腿稍屈膝勾脚后抬 45 度,上身前倾。

第二十拍 做右"单起双脚跺"的第二拍动作,身稍前倾。

第二十一拍 左腿向左横跨一步稍屈膝为重心,右腿膝稍屈开胯 以脚尖点地,右"单手笙",双手从下向上提至头旁,身顺势起直(见图 三十四)。

第二十二拍 右腿收于左脚旁,双脚跟踮起,双手从上向下甩至 身旁。

第二十三~二十四拍 做第二十一至二十二拍的对称动作。

42. 欢乐(吹奏舞曲八)

第一拍 左腿向左前跨一步,右脚随即上前并拢,双膝经屈至伸, 踮脚跟。



图 三十四

第二拍 双脚跟落地,双膝稍屈。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 双膝保持并拢,向左前扭膝的同时右脚跟离地,上身向右倾(见图三十五)。

第六拍 双膝收回,身直立。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

第九拍 左脚经屈膝提起向左侧落地,稍屈膝,右小腿随即后踢,身稍前倾。

第十拍 做左"单起双脚跺"的第二拍动作。

第十一拍 做左"后踢步"。

第十二~十四拍 做第九至十一拍的对称动作。

43. 对跳(吹奏舞曲八)

此套路为二人相对表演,形式同"斗鸡"。

第一拍 二人面对面做右"双跺前踢"。

第二拍 左腿不变,右脚勾脚在左脚前空踩一下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作,左脚踩下落地。

第五拍 右腿上一步,屈膝,身稍左拧微仰,向右送胯,二人右膝相对(见图三十六)。







图 三十五

图 三十六

图 三十七

第六拍 左腿屈膝向左侧送胯。

第七拍 右腿后退一步,左腿屈膝前抬。

第八拍 做第二拍的对称动作。

第九~十拍 做第五至六拍的对称动作。

第十一拍 动作同第一拍,但是双腿要向前一大步跳跺,二人错左肩换位成背对背。 (以下交换舞伴,再反复第二拍到第十拍动作。)

44. 绕脚(吹奏舞曲八)

第一拍 转向左侧。左腿稍抬起向右前划半圈到右脚前交叉踏地,右腿稍屈膝。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 右腿于左脚前跺地随即稍抬起,左膝稍屈(见图三十七)。

第四拍 右脚于左脚左前交叉踏地。

第五拍 左脚于右脚前跺一下地顺势屈膝抬起右转半圈。

第六拍 左脚落地,同时右脚跺一下地顺势屈膝抬起左转四分之一圈成面对圆心。

第七拍 右腿落于左脚旁。

第八拍 两脚并拢,双膝稍屈。

# (五) 跳 法 说 明

表演时,男舞者"捧笙"围成内圈,女舞者相互扣手围在外圈,做"女子专用动作"逆时针方向进行。以男舞者一人或数人在队列前或圆圈中领舞,众人均随领舞者选定的套路、节奏、速度和起止时间而舞。除表演双人对舞的套路时,舞者人数需为偶数外,其余套路舞者人数不限。

在祭祀活动或重大节日时,舞蹈一般在家庭堂屋和村寨的广场举行。先在堂屋正中摆一供桌,由主人向领舞者敬酒,拴线祝福,众舞者手捧芦笙对供桌作揖三次,领舞者率众围着供桌,左脚起做"单脚跺",顺时针方向走十二步,再逆时针方向走十二步。如此反复四遍。接着跳"嘎祭"。然后由两人抬起供桌,领舞者带领众舞者跟随其后,做"单脚跺"向预定的广场跳去。到广场后,先绕预先栽好的松树,再跳"嘎祭",然后把供桌放在松树下,全体舞者开始围圈跳套路动作,其程序一般先跳"嘎祭"、"迎新"、"福种寿种"、"磕头"、"扫地出门"等套路,接着跳表现生产劳动、生活内容的"找地"、"犁地"、"撒谷种"、"春谷子"、"烧火"、"摇娃娃"等(一般以实际生产过程和生活中动作的先后顺序为序),再跳模拟动物的套路,如"斑鸠捡谷子"、"猴子"、"斗鸡"、"水牛"等。到最后要跳"嘎祭根"(动作同"嘎祭")作为表演的结束。其后领舞者在前,两人抬供桌和众舞者随后,全体原路做"单脚跺"返回寨中。到家门后,领舞者吹着芦笙用脚蹬三下门,主人开门请众舞者进家,向舞者敬酒,众舞者再围桌跳"嘎祭",舞毕,舞者为主人拴线祝福,整个活动即告结束。

在一般节日和娱乐活动中,则无表演前后的仪式活动,亦无地点和表演套路顺序的限定,由表演者随意选择。

音乐与舞蹈无严格的对应关系,只要节奏与动作合拍即可,舞曲依舞蹈的需要,无限 反复,舞完曲止。

# (六) 艺人简介

扎 约 男,拉祜族,汉名李常富,1943 年生于云南省澜沧拉祜族自治县竹塘乡大山村。

扎约自幼酷爱民间舞蹈艺术,山村的舞会场场参加,是一个舞蹈能手。1960年被吸收进入县民族歌舞团,历任演员、编导、团长、县文化局长等职。数十年来,长期深入山区,拜老艺人为师,对拉祜族传统民间舞蹈有较全面的掌握和研究。1964年、1980年、1984年曾三次晋京参加全国少数民族会演,表演拉祜族舞蹈。他编导的拉祜族舞蹈《猎虎》、《猴子舞》曾获文化部、国家民委举办的全国乌兰牧骑式文艺会演奖励。他改编创作并表演的拉祜族葫芦笙舞《斑鸠捡谷子》参加全国少数民族文艺会演,获优秀节目奖。他为拉祜族民间舞蹈的继承和发展作出了较大的贡献。

扎约还致力于拉祜族民间文学的搜集和整理研究工作,发表了民间叙事诗八部,传说和民间风情故事四十余篇。其中拉祜族《情歌对唱》获中国作家协会优秀创作奖,叙事诗《扎努扎别》获省民间文学研究会优秀整理奖,1988年被云南省人民政府授予有突出贡献科技人员三等奖。扎约现为中国舞蹈家协会理事,云南省舞蹈家协会理事,中国民族民间文学研究会会员,中国作家协会理事,云南省思茅地区文联副主席,思茅地区民族理论研究会理事。

李扎戈 男,1939 年生,澜沧县酒井乡勐根老达宝寨人。他十四岁开始学跳芦笙舞。已掌握芦笙舞七十余套,尤以"黄鼠狼掏蜂蜜"、"麂子舞"、"斗鸡"等技巧性套路独具风格。他是当地颇有影响的歌唱和领舞艺人。

李增保 男,1930 年生,澜沧县竹塘乡大塘子村人。他受祖父及父亲影响,自幼开始习舞,掌握"蛙舞"、"螃蟹舞"、"蜻蜓舞"等七十余套芦笙舞套路,是当地芦笙舞的主要领舞者。

罗六宝 男,1934 年生,澜沧县富帮乡半山村人。他会跳芦笙舞七十余套,擅长"猴子舞"、"鱼翻舞"、"斑鸠拣谷子"等模拟动物舞蹈,表演维妙维肖,是当地芦笙舞的主要领舞者。

**扎** 果 男,1944 年生,沧源县东米拉祜村人,现任团结乡副乡长。他从小喜爱民间 艺术,常年芦笙不离身,擅长芦笙舞、跳歌,并热心传授技艺,鼓励青年人继承民族传统艺术。

**肖扎努** 男,1937 年生,沧源县团结乡公曼村人。他经常走村串寨,身背芦笙表演传艺。所表演的芦笙舞风格别致,在当地常作领舞。

**罗光明** 男,1937 年生,沧源县勐角乡帕棚村人。他掌握芦笙舞较多套路,并善于吸收其它民族的民间艺术,以丰富充实自己的舞蹈表演。六十年代曾与扎约等人合编芦笙舞《欢迎舞》,为欢迎边疆民族慰问团演出。

**罗** 大 男,1930 年生,勐海县勐满乡帮倒村人。他十二岁就跟其父老五和师傅李老 五学跳芦笙舞,到十八岁已成为附近村寨很有名气的芦笙匠了。每年的"阔露麻"(春节)人 们都要请他去跳芦笙舞。罗大的舞蹈特点是节奏快,跺地有力,粗狂奔放。当地人赞叹说,听到他的芦笙响脚就发痒,见到他跳芦笙舞,不喜欢跳舞的人也想跳舞。罗大还善于传艺,他的徒弟李保在当地也已经小有名气了。

胡老大(1919~1990) 男, 勐海县勐阿乡南朗河村人。他十岁投师李扎师学芦笙舞, 掌握数十个套路, 在周围村寨很有影响。他的舞蹈娴熟细腻, 舞步稳健, 特别是模拟动物的舞蹈, 动作灵活, 神态逼真。在芦笙演奏方面风格独特, 其中《晚霞歌》尤为优美动人。

传 授 罗六保、李增保、张扎发 李扎都、扎 果、大扎母 扎 儿、扎 克、李时大 (以上均为拉祜族)

编 写 姚定生(彝族)、张晓东、黄帮勇 陈文明(佤族)、杨文康(纳西族)

绘 图 赵拉拉

资料提供 崔 萍、杨赛亮、张昌明

执行编辑 陈 净、林 堃

# 摆舞

"摆舞"是拉祜族颇具特色的女性自娱舞蹈。主要表现生产劳动和生活情趣,共八十一个套路。流传于澜沧县的东回、糯福、东朗、洒井和孟连县的南雅、勐马、景信等乡。

摆舞不受时间,地点和舞者人数的限制,只要高兴,便聚而舞之,在节日等喜庆活动中尤为盛行。摆舞大体有两种类型。一种为"步法型":舞者站一字队形,作前后左右调度;动作以踮、跺、踢、摆、划、小跳等丰富的步法为主,配以不同幅度和不同方向的甩手,形成组合动作,表现生产生活中各种特征动作和欢乐情绪,风格稳健热烈。另一种为"摆手型":舞者围圆圈面向逆时针方向或面向圆心进退,或两个圆圈相互穿花;动作以手臂和肩的上下左右摆动为主,步法多以膝部关节有韧性的上下屈伸走小踮步,配合双手的摆动,形成摆肩和整个身段向上延伸起伏的动律,风格轻快舒展。

摆舞的伴奏形式也有两种,一种以象脚鼓、铓、镲等打击乐器伴奏,多数由舞者分别持乐器边敲奏边跳,由击象脚鼓者担任领舞,负责变换套路和速度的快慢。有的在场外伴奏,一般由男子承担。另一种以吹口琴伴奏,曲调欢快流畅,风格别致。孟连县传说原由芦笙伴奏,但现在已见不到。

无论打击乐伴奏还是口琴伴奏,摆舞只注重节奏与舞蹈合拍,曲调长度随舞蹈无限反复。可任选动作套路相互连接,也可以一个套路反复始终。

以下分别介绍以澜沧县糯福乡坝卡乃村为代表的"坝卡乃摆舞",以澜沧县东回乡班 利村为代表的"班利摆舞"和以孟连县勐马乡腊福村为代表的"腊福摆舞"的部分套路。

# 坝卡乃摆舞

# (一) 概 述

"坝卡乃摆舞"流传于澜沧县坝卡乃和李四班等地,舞者着拉祜西女装,舞蹈形式属"步法型",即以脚上动作为主,模拟生产、生活动作和欢乐情绪。特点是以膝的屈伸带动动力腿有韧劲地跺脚,迈步时前脚掌先落地,再压脚跟,双手随之上下一起甩动,身体前俯后仰,起伏大。节奏稳健,风格热烈,场面壮观。这种女子舞蹈带刚健之美。

舞蹈以象脚鼓、镲和铓在场外伴奏。基本节奏为:

其中象脚鼓谱中"X"为右手握拳击鼓面中心,"X"为左手用手指击鼓面外圈。

# (二) 动作说明

#### 基本动作

1. 甩手耸肩

第一拍 双手自然屈指,手心向前自身后稍屈肘甩至小腹前成手心向上,双肩随之自然向上耸动(见图一)。

第二拍 双手经下甩至身后,双肩自然向下耸动。

提示:以下动作中凡没有注明手的动作时,均做"甩手耸肩"。

2. 踮步甩手

第一拍 左脚向前跨一步,稍屈膝,右脚随之靠于左脚后以脚掌着 地,身稍前倾。

第二拍 双脚原地踮一次。

第三拍 右脚后退一步,左脚随之拖回至右脚前以脚掌着地,身起直。

第四拍 双脚原地踮一次。

## 基本套路

1. 拜年

第一拍 左腿微屈膝向右前稍抬起,右腿稍屈,双手屈肘上甩至肩前。

第二拍 左腿姿态不变,右脚原地踮一下,双手向下甩至身后两旁。

第三拍 左腿向右前跨一步,膝稍屈,面对右前,右脚随之垫一步,左腿稍前抬,双手自然向前甩至小腹前,身稍前倾。

第四拍 左脚踏地向左转成面对圆心,右腿随即屈膝前抬,双手由外向里划立圈,身起直(见图二)。

第五~六拍 做第三至四拍的对称动作。

第七~八拍 同第三至四拍。

第九拍 右脚向前小跳一步,稍屈膝,同时左小腿稍后抬,双臂屈肘,双手抬至胸前,上身随之略前倾。

第十拍 左脚落于右脚后,稍屈膝,右腿向前稍抬起,身稍后仰,双 手保持原状。

第十一~十二拍 同第九至十拍。



图一



图二

2. 扫地

第一拍 左脚向右前踏一小步,右腿随之向右前稍屈膝抬起,上身稍右拧微仰(见图 三)。

第二拍 右脚稍向左划落地,膝稍屈,左腿同时向左后略抬。

第三~四拍 反复第一至二拍的动作,左脚迅速落地。

第五~六拍 右脚向前踏一步,膝微屈伸一次,左脚随之靠于右脚后。

第七~八拍 反复第五至六拍的动作。

第九拍 左脚向左移一步,右脚跟随之离地,膝微屈伸一次。

第十拍 右脚靠至左脚旁。

第十一拍 左脚向左移一步,右腿随之微屈膝向左前稍抬起。

第十二拍 保持姿态, 左脚踮一下。

第十三~十六拍 做第九至十二拍的对称动作。

3. 讨福种

第一拍 面对圆心,左脚向左横迈一步,膝稍屈,右脚随之靠至左脚旁,双手自然下垂。

第二拍 左脚踏地以脚掌为轴转向左后,右腿稍吸起靠于左小腿内侧,双手随转身之势甩动(见图四)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

4. 背水

准备 双手扶于脑后,作背水状。

第一拍 右脚向右前小跳一步,膝稍屈,左脚拖地靠向右脚后,同时向右前稍送胯,上身略左拧,仰身抬头(见图五)。

第二拍 左脚退跳一步,膝稍屈,右脚随之收回于左脚前。

第三拍 左腿稍向右前踢出。

第四拍 右脚跟踮一次,左腿迅即收回至右脚旁,不落地。



图三



图四



图五

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

5. 犁地

准备 左肩对圆心站立。

第一拍 双脚向前跳跺地,左腿稍屈膝,右腿随即向右前屈膝稍抬,同时左臂屈肘抬起,左手至肩前,右手向前伸出(见图六)。

第二拍 左单腿向前跳跺一步,右腿和左手保持姿态,右手收回贴于腰部。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五拍 右转半圈,做第一拍的对称动作。

第六~八拍 做第二至四拍的对称动作。

6. 栽秧

准备 左肩对圆心站立。

第一拍 右脚向前小跳一步,左脚随之靠于右脚后,双膝稍屈,右手向下插,左手提于左膝旁,俯身做插秧状(见图七)。

第二拍 左脚后退小跳一步,右脚拖回于左脚旁,双膝稍屈,右臂稍屈肘,右手提起至 左手旁,身体随之直起。

第三拍 双手原位,脚动作同第二拍。

第四拍 右脚向前小跳一步,膝稍屈,左脚拖地靠至右脚后,双臂屈肘,双手向上甩至 胸前,稍向前送胯,身稍后仰。

第五拍 左脚向后退跳一步,右脚随之拖回于左脚旁,双手向下甩至两腿旁,上身直起。

第六拍 右脚向右迈一步顺势以脚掌为轴右转四分之三圈成面对左侧,左腿随之稍屈膝前抬,双臂屈肘,双手向上撩至颈前(见图八)。

第七拍 右脚跟落地,同时左脚落于右脚旁,双手向下甩至两腿前,身稍前倾。

第八~十拍 同第一至三拍。

第十一~十三拍 做第一至三拍的对称动作。



图六



图 十



图八

第十四~十五拍 做第四至五拍的对称动作。

第十六~十九拍 同第四至七拍。

7. 割谷子

第一~四拍 做"踮步甩手"的对称动作。

第五拍 右脚踏地顺势以脚掌为轴向右转一又四分之一圈成面对右侧,同时左腿稍屈膝前抬,双肘稍屈,双手甩至头上方,身稍后仰。

第六拍 左脚落于右脚前,双手向下甩至两腿旁,身稍前倾。

第七~十拍 做"踮步甩手"。

第十一拍 左转四分之一圈成面对圆心双脚顺势原位跳跺地,右腿随即稍前抬将脚 跟蹬出,双手甩向头顶。

第十二拍 右脚落于左脚旁,左脚随之垫一步,右脚随之离地,双手向下甩至两腿旁。

第十三拍 右脚向右前上一步,同时左腿微屈膝稍前抬,双肘稍屈,双手向上甩至胸前。

第十四拍 左脚收回于右踝旁,双手向下甩至两腿旁。

第十五拍 右脚向左前起跳,双脚并拢落地,右腿随即微屈勾脚稍前抬,双臂屈肘,双手甩至胸前。

第十六拍 做第十五拍的对称动作。

第十七~二十拍 做"踮步甩手"的对称动作。

第二十一拍 右脚向前跨一步,左脚跟随之离地,膝稍屈伸一次,双手向前甩至小腹前。

第二十二拍 左脚靠于右脚后,膝屈伸一次,双手收回于两腿旁。

第二十三拍 双脚原位跳一下,右脚随即擦地屈膝稍前抬,双臂肘屈,双手甩至胸前。

第二十四拍 右脚迅即拖回于左脚位置,左小腿顺势向后抬起,双手向下甩于两腿旁。

第二十五~二十八拍 同第十五至十八拍。

8. 打谷子

第一拍 面对圆心,右脚踏地为轴右转四分之一圈成面向右,左脚靠于右踝旁,右手手心向上微屈肘下垂,左手顺势甩一小圈至胸前做甩谷子状(见图九)。

第二拍 右脚原地踮跳一次。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 同第一至二拍。

第七~十拍 右转身成背向圆心做"踮步甩手"。



图 九

第十一~十六拍 同第一至六拍。

9. 欢乐

准备 面对圆心站立。

第一拍 右脚向右前跨一步,左脚随之靠至右脚后,双臂屈肘,双手上甩至胸前,身直立。

第二拍 双脚跟踮一下,双手下甩至两腿旁。

第三拍 左脚向左后退一步,膝稍屈,右脚随之拖回于左脚旁,双臂屈肘,双手上甩至 胸前,身稍后仰。

第四拍 同第二拍。

第五拍 右脚踏地,左腿微屈膝向右前稍抬起,右手自然下垂,左肘稍屈,左手掌心朝 上甩至胸前。

第六拍 左脚拖地收回于右脚旁,右小腿随即后抬,左手向下甩 至胯左,上身稍右倾微左拧(见图十)。

第七~八拍 同第五至六拍。

第九拍 同第五拍。

第十拍 左腿拖地收回于右脚旁,左手向下甩至腿旁。

第十一~十二拍 同第五至六拍。

10. 春谷子

第一拍 左脚向左前跨一步,稍屈膝,右腿稍后抬,双臂屈肘上 抬,手稍高于肩。

第二拍 右脚靠于左脚跟旁,双手向下甩至两腿旁。

第三拍 右脚后退一步顺势转向右侧,膝稍屈,左腿随之屈膝稍前抬,双臂屈肘,双手 甩至胸前。

第四拍 右脚原地踮一次,双手甩至两腿旁。

第五拍 左脚落于右脚前,膝稍屈,右小腿随之勾脚后抬,双臂屈肘,双手甩至胸前。

第六拍 左脚原地踮一下,右腿保持姿态,双手甩至两腿旁。

第七~十拍 同第三至六拍。

第十一拍 右脚向右前小跳一步,膝稍屈,左脚拖地靠至右脚后,身略左拧,稍向右前送胯,双臂屈肘,双手手心向上甩起。

第十二拍 左脚向后跳一步,右脚随之收于左脚旁,双手甩至两腿旁。

第十三拍 腿动作同第十一拍,双手向上甩后立即甩下。

第十四拍 左脚后退一步,稍屈膝,右腿随之微屈膝稍前抬,双臂屈肘,双手甩至胸前。

1068



图十

第十五拍 左脚原地踮一次,双手甩至两腿旁。

第十六~十七拍 做第十四至十五拍的对称动作。

11. 簸米

第一~二拍 左脚向左踮跳一步,右脚随之跺地二下,双手上甩。

第三拍 左脚向左踮跳一步,右脚跺一下地随即向左前微屈膝稍抬起,双手下甩后立即上甩。

第四拍 右脚落至左前,左小腿顺势稍后抬,双手下甩。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 左脚向左跳一步,右腿随之向左前稍屈膝抬起 45 度,双手 从后向前分划平弧至胸前(见图十一)。

第十拍 以左脚掌为轴向左碾转半圈成背向圆心,右脚顺势落于左脚旁,双手下甩至腿旁。

第十一拍 左腿向右前微屈膝稍抬起,双手甩至胸前。

第十二拍 左腿落回于右脚旁,双手甩下。

第十三~二十拍 同第一至八拍。

第二十一~二十四拍 做第九至十二拍的对称动作。

12. 洗菜

第一拍 双脚原地跳起落地,左腿稍屈膝为重心,右腿顺势微屈膝稍前抬,双臂屈肘,双手上甩至胸前。

第二拍 右脚落于左脚旁,左小腿随即向后抬起 45 度,双手甩下,身前俯。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

13. 吃饭

第一拍 左腿上前一步,右小腿向后抬起 45 度,左手自然下垂,右手手心向上向前伸出。

第二拍 左脚原位**踮跳**一下左转四分之一圈,右脚顺势于左脚旁跺地,右手提至嘴边用手指碰嘴做吃饭状。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

14. 砍柴

第一拍 双脚起原位向右跳转四分之一圈,左腿稍屈膝为重心,右腿落地随即微屈膝稍前抬,右手掌心向左于胸前向下砍,做砍柴状,身微俯,眼视下。

第二拍 保持姿态,左脚原位向左跳转四分之一圈。

第三拍 做第一拍的对称动作。

第四拍 左腿落回至右脚旁,膝稍屈,右小腿随即后抬 45 度,右手做砍柴状,身稍前

图 十一

俯。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

15. 背柴

第一拍 左脚向左碾转四分之一圈成右肩对圆心,右腿顺势向前稍抬起,双臂屈肘前抬,双手掌心向上平肩。

第二拍 左脚原地踮一下,右脚落于左脚前成"丁字步",屈膝,双手举至两耳旁。

第三拍 双手舞姿不变,双脚向右踮跳一步,上身随之左倾,同时向右送胯(见图十二)。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十二拍 同第一至四拍。

第十三~十四拍 同第三至四拍。

第十五拍 双手落于两腿旁,以右脚掌为轴右转半圈,左腿顺势稍屈膝前抬,双手自 然甩动。

第十六拍 右脚原位踮跳一下,左脚落于右脚旁,双膝稍屈,手保持原姿态。

16. 扇谷子

第一拍 双脚向左跳跺地,右腿随即微屈膝稍前抬,双手甩至小腹前。

第二拍 左脚向左跳跺地,右小腿随之后抬,双手甩至身后(见图十三)。

第三拍 同第一拍。

第四拍 右脚落回于左脚旁稍屈膝为重心,左小腿随之后抬 45 度,双手甩至身后,身稍前俯。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。



图 十二



图 十三

## (三) 跳 法 说 明

人数不限,全体围成圆圈,面对圆心。由领舞者带头,众人随之而舞,开始做"踮步甩手"数次,接着做其他任何一个套路,随意反复。速度由慢渐快,至尽兴时,在领舞者示意下,舞停乐止。

稍事停顿后再从"踮步甩手"开始,换接另一个套路。跳哪个套路由领舞者即兴掌握。 一般由易而难,由简而繁,逐渐进入高潮,在热烈的情绪中结束。

# (四) 艺人简介

**李娜列** 女,1938 年生,澜沧县糯福乡坝卡乃村人。她会跳表现拉祜族生产、生活内容的摆舞百余套,是坝卡乃摆舞风格的代表性艺人。

传 授 李娜儿(拉祜族)、李娜列(拉祜族) 李娜朵(拉祜族)、李娜倮(拉祜族)

编 写 姚定生(彝族)、杨文康(纳西族)

绘 图 赵拉拉

资料提供 张晓东、陈文明、黄帮勇

执行编辑 陈 净、林 堃

# 班利摆舞

# (一) 概 述

"班利摆舞"流传于澜沧县的班利、糯福、勐宾和孟连县的部分地区。表演者多为女性, 着拉祜纳女装。

该舞属"摆手型"。手上动作丰富,模拟性强,无表演时间和地点的限制,多在喜庆节日时进行。表演时由数名舞者自己持象脚鼓、铓、镣等乐器,边击打乐器边舞蹈。队形在以圈舞为主的基础上,又有两两相对的对舞和两人前后交叉的变化。套路的变化由领舞者(一般是持象脚鼓者)的动作指挥,众人跟随变化。动作轻快,情绪活泼,身体上下自然起伏。舞蹈的基本节奏与《坝卡乃摆舞》相同。

# (二) 动作说明

### 基本动作

1. 踮蹉步

准备 身体直立、左肩对圆心。

第一拍 右脚向前迈一步,稍屈膝,左脚掌垫于右脚后,膝稍伸。

第二拍 右脚踏地,膝屈伸一次。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

### 2. 踮蹉步甩手

第一拍 腿动作同"踮蹉步"的第一拍,右臂屈肘上甩,肘平肩,左手向下摆动,身微右倾(见图一)。

第二拍 手臂保持姿态,腿动作同"踮蹉步"的第二拍。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

### 基本套路

1. 磕头

第一拍 腿动作同"踮蹉步"的第一拍,双手至胸前合掌,上身稍前倾 图 一(见图二)。

第二拍 腿动作同"踮蹉步"的第二拍,双手向下甩于两腿旁。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

2. 撒谷种

第一拍 腿动作同"踮蹉步"的第一拍,双手抬于腰旁,左手做端筐状,右手心向上,做握种状,上身稍前倾。

第二拍 腿动作同"踮蹉步"的第二拍,左手保持姿态,右手向右后平甩出(做撒谷种状),眼看右手,上身右拧,稍前倾(见图三)。

第三~四拍 腿做第一至二拍的对称动作,手动作同第一至二拍。

3. 扬谷子

此套路为双人对舞,在后者为甲,在前者为乙。

第一拍 甲乙动作相同。右脚踮跳一次,落地后屈膝,同时左腿经稍屈膝抬起顺势向前勾脚蹬出,双手同时向前甩出,手心向上,上身前倾。

第二拍 乙左转身面对甲,二人双腿同做第一拍的对称动作,双手落于胸前(见图四)。

第三拍 甲上左脚左转半圈,右腿顺势微屈膝勾脚稍前抬,乙上右脚右转半圈,左脚 顺势靠向右脚为重心,与甲成背对背,右腿随即微屈膝勾脚稍前抬,二人双手同时向前甩。



图二



図 =



图四

第四拍 甲右脚后退一步右转半圈,左腿随即微屈膝稍前抬;乙左脚向前一步左转半圈,与甲成面对面,右腿随即微屈膝稍前抬;二人双臂稍屈肘上甩成双手平肩,手心向上。

4. 欢乐

第一拍 右脚向前踮跳一步,左腿顺势微屈膝稍前抬,右臂屈肘向前高甩,左臂后摆。

第二拍 右脚向前再踮跳一步,左腿顺势悠回,双膝靠近,左小腿后抬,左臂屈肘前甩,右手后摆(见图五)。

第三拍 腿动作同"踮蹉步"的第三拍,右手前甩,左手后摆。

第四拍 腿动作同"踮蹉步"的第四拍,手动作同第二拍。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

5. 交叉

此套路为双人对舞,舞者站位同"扬谷子"。

第一拍 乙腿动作同"踮蹉步"的第一拍,右手后甩成手心向后,左手前甩成手心向前,甲右脚向乙的右侧上一步,二人成一横排,手与乙的动作相同。

第二拍 甲乙动作相同。腿动作同"踮蹉步"的第二拍,双手垂下。

第三拍 乙脚原地做"踮蹉步"的第三拍动作,左手向后甩成手心向后,右手前甩成手心向前,甲左脚向左前迈一步,右脚顺势垫上一步与乙成直排,双手动作同乙。

第四拍 甲乙动作同。腿动作同"踮蹉步"的第一拍,双手垂下。

第五~八拍 甲做乙的第一至四拍动作,乙做甲的第一至四拍动作。

6. 扭膝

第一拍 面对圆心。腿动作同"踮搓步"的第一拍,双手握拳向前甩,顺势屈肘,上身前倾。

第二拍 腿动作同"踮蹉步"的第三拍,双手向后甩,身前倾。

第三拍 双腿并拢,双手叉腰,向右扭膝,稍下蹲送胯,身微左拧(见图六)。

第四拍 双手不变,双膝伸直。

第五~六拍 做第三至四拍的对称动作。



图五



图六

#### 7. 对手

此套路为双人对舞,舞者站位同"扬谷子"。

第一拍 甲右脚向前一步,左脚向前蹭地铲出,双手向前掏出,手心向上,上身微前倾,乙上右脚向左辗转半圈,成与甲面相对,膝稍屈,左脚向前铲出稍前抬,手动作与甲相同(见图七)。

第二拍 甲右腿踮跳一次,左腿随即收回于右脚旁以脚尖点地,双手收回于胸前按掌,乙做甲的对称动作。

第三拍 甲做乙的第一拍动作,乙做甲的第一拍动作,右脚上步时向右转半圈,与甲成背对背。

第四拍 甲做乙的第二拍动作,乙做甲的第二拍动作。

8. 斗鸡

第一拍 腿动作同"踮蹉步"的第一拍。左手由前经上向后甩一圈,右手自然下垂。

第二拍 腿动作同"踮蹉步"的第二拍,同时左转四分之一圈,右手自身右侧向前盖, 手指并拢,肘稍屈(见图八),右手随即落至身旁,左手自然下摆。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 左腿向前踮跳一步,同时右小腿后抬约 45 度,双手自然向前摆动。

第六拍 左腿后退着踮跳一步,右腿保持姿态,双手向后摆,上身稍前倾。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

9. 薅秧

准备 左肩对圆心站立。

第一拍 腿动作同"踮蹉步"的第一拍,双手于胸前下垂,上身稍前倾。

第二拍 腿动作同"踮蹉步"的第二拍,双手不变。

第三拍 左转身成面对圆心,腿顺势做"踮蹉步"第一拍的对称动作,双手向前稍抬,身稍前倾。

第四拍 腿做"踮蹉步"的第二拍的对称动作,身前俯,双手向下伸出做抓草状(见图九)。



图七



图八



图九

第五拍 脚做"踮蹉步"第三拍的对称动作,双臂屈肘平抬于胸前,向里交错绕手一次 (即绑草之意)。

第六拍 双脚跟踮起向右碾转四分之一圈,双手同时向右侧后甩出,做将草丢出状(见图十)。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

10. 回家

第一拍 右腿向前踮跳一步,同时左腿微屈膝勾脚稍前抬,双手在胸前击掌。

第二拍 左脚落地顺势向前踮跳一步,同时右小腿稍勾脚后抬,双手同时在身后击掌,上身稍前倾。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

11. 招手

第一拍 腿动作同"踮蹉步"的第一拍,左手背靠于腰后,上身稍向右拧。

第二拍 腿动作同"踮蹉步"的第二拍,手姿态不变,上身拧回仍成面向前。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

12. 抬手

第一拍 腿动作同"踮蹉步"的第一拍,双手前甩,屈肘,上身稍前倾。

第二拍 腿动作同"踮蹉步"的第二拍,双手下甩。

第三拍 腿动作同"踮蹉步"的第三拍,双手上甩。

第四拍 腿动作同"踮蹉步"的第四拍,双手下甩。

第五拍 右腿后退一步成左"丁点步",身稍后仰,左手扶腰,右手向前抬起成手心对脸(见图十一)。

第六拍 重心移至左脚,右脚跟随之离地,上身前俯,右手随之下摆。

第七拍 右脚向前一步为轴左转半圈,左腿顺势稍屈膝向前抬起,右手扶腰,左手向后甩(见图十二)。

第八拍 左腿收于右脚旁,左手向下摆,身体直立。



图十



图 十一



í

图 十二

#### 13. 绕线

第一拍 左脚向前一步顺势向左碾转四分之一圈,右脚掌上至左脚旁,左手抬于胸前,右手由前经上向后划圆(见图十三)。

第二拍 左脚踏地,右腿向前搓地上一步,左手不变,右手由上向下甩,身随之稍前倾。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 右脚向后退一步,双手在胸前绕手(即绕线之意),身稍后仰。

第六拍 左腿收回于右脚旁,身直立,双手向两边打开。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

14. 梳头

第一拍 腿动作同"踮蹉步"的第一拍,左手叉腰,右手举至头上由前至后做梳头状(见图十四)。

第二拍 腿动作同"踮蹉步"的第二拍,左手姿态不变,右手向下甩。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

15. 蹉步

第一拍 右脚搓地向前一步,左腿同时向前稍屈膝略抬起,右手背靠于腰后,左手向前甩,身稍前倾(见图十五)。

第二拍 右脚搓地向前一步,左腿同时收回至右脚后以脚尖点地,左手摆至身后。 第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。



图 十三



图 十四



图 十五

### (三) 跳 法 说 明

背象脚鼓者在队首作领舞,后随执铓、镲者及众舞者(在表演双人套路时,舞队人数必须为偶数),全体左肩对圆心在场中围成圆圈。由领舞者带头,众人随之,逆时针方向行进。 先做"踮蹉步甩手"数遍,在领舞者的步法或身体面向变化的示意下,接做一种套路动作, 任意反复。换另外套路时,中间均以"踮蹉步甩手"作过渡衔接。套路的变换无固定顺序, 通常以实际生产和生活中的动作先后为序,亦可以一个套路的无限反复,作一个独立的表演套路。整个舞蹈在热烈的情绪达到高潮时结束。

传 授 张娜克(拉祜族)、李大妹(拉祜族)

编 写 黄帮勇、张晓东、陈文明(佤族) 姚定生(彝族)、杨文康(纳西族)

绘 图 赵拉拉

资料提供 澜沧县舞蹈集成资料卷

执行编辑 陈 净、林 堃

# 腊福摆舞

## (一) 概 述

"腊福摆舞"流传于孟连县腊福等地,舞者均为女性,着拉祜西女装。舞蹈以口琴伴奏为特色,舞蹈地点、时间、人数均不限。吹口琴者一般是二至五人,边吹边跳。站队首的吹口琴者为领舞,由她掌握节奏和变换套路,其他舞者徒手而舞。舞蹈动作有"颠步"、"晃身"、"推手"、"拍掌"等,舞蹈时双肩随手的甩动自然地前后摆动是本舞的特点。音乐明快流畅,舞蹈轻松欢快。

# (二) 音 乐

舞 曲 一

1 = C 中速稍快

传授 娜儿(拉祜族)、娜朵(拉祜族) 记谱 姚定生(彝族)

 $\frac{4}{4}$  5  $\frac{5}{6}$  1  $\frac{1}{2}$  3  $\frac{2}{3}$  1  $\frac{1}{2}$  3  $\frac{5}{2}$  2  $\frac{3}{2}$  1 1 2

3 <u>2 3</u> 1 -

1 = C 中速稍快

传授 娜努(拉祜族)、娜母(拉祜族) 记谱 姚定生(彝族)

 4
 3
 3
 6
 1
 3
 6
 5
 2
 2
 6
 1
 2
 6
 5
 3
 5
 3
 5
 3
 1
 2
 6
 5
 5
 3
 1
 2
 6
 5
 5
 3
 1
 2
 6
 5
 5
 5
 5
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 7
 6
 7
 6
 7
 6
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7</t

舞 曲 三

1 = C 中速

传授 娜 发(拉祜族) 记谱 姚定生(彝族)

# (三) 动作说明

### 基本动作

1. 甩手

做法 两臂稍屈肘略抬起至胯前两侧,两手同时甩动,左手至身后,右手与胸平,稍屈肘,肩随之略左摆,甩动后即回至原位,每拍一次。

2. 前抬腿

做法 动力腿稍屈膝勾脚向前抬起约 45 度。抬右腿为右"前抬腿",抬左腿为左"前抬腿"。

### 基本套路

1. 颠步(吹奏舞曲一)

第一~三拍 左脚起,每拍一步向前走三步。

第四拍 右腿"前抬腿"(见图一)。

第五~七拍 右脚起,向后退三步。

第八拍 左腿"前抬腿"。

提示:走步时,脚尖先着地,膝随之稍屈伸。双手每拍做一次"甩手"。以下动作中,凡 不注明双手动作时,均做"甩手"。

2. 晃身(吹奏舞曲三)

准备 面对圆心站立。

第一~二拍 右脚向右后退一步,左脚随即靠至右脚旁,同时向右转身成左肩对圆心。

第三~四拍 左脚向左迈一步,右脚随即靠至左脚旁,同时向左转身仍成面对圆心。

第五~六拍 做左"前抬腿"后收回。

第七~八拍 做右"前抬腿"后收回。

第九~十二拍 右脚向前上一大步,踮脚跟成右"前弓步"状,上身随"甩手"前后晃动四次(见图二)。

第十三~十六拍 同第五至八拍。

3. 颠步转身(吹奏舞曲三)

第一~八拍 做"颠步"。

第九 左脚落地,手收回。

第十拍 右脚向前一步左转半圈成背对圆心,右手屈肘向上甩,左手甩下,左脚后点地,身稍左拧前倾(见图三)。



图一



图二



图三

第十一~十二拍 上右脚做左"前抬腿"。

第十三~十四拍 前一拍,左脚落地,后一拍,做第十拍的对称动作。

第十五~十六拍 同第十一至十二拍。

4. 推手(吹奏舞曲二)

准备 面对圆心站立。

第一~三拍 右脚起向右横走三步,双手同时在身前随脚步向右、左、右横摆(见图四)。

第四拍 保持姿态。

第五~七拍 左脚跺地三次,左臂屈肘平举于胸前,左手与跺脚同时向右前方推三次,右手扶腰,身体随之微仰稍左倾(见图五)。

第八拍 保持姿态。

第九~十六拍 做第一至八拍的对称动作。

5. 拍掌(吹奏舞曲一)

第一~二拍 左脚原位踏地,左膝稍屈伸一次,顺势做右"前抬腿",双手同时向前甩起后落下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~七拍 左腿起,向前走三步。

第八拍 做右"前抬腿",双手在胸前拍掌。

第九~十拍 做第一至二拍的对称动作。

第十一~十三拍 右脚起向后退三步,双手随步伐前后甩动。

第十四拍 做第八拍的对称动作。

第十五~十六拍 左脚向前落地,右腿跟上轻跺地。

第十七~十八拍 右脚跺地三下(一拍一下),双手抬至脸左前与跺脚同时拍掌三次,身随之稍向左拧倾(见图六)。

第十九~二十二拍 做第十五至十八拍的对称动作。



图四



图五



图六

## (四)跳 法 说 明

吹口琴者数人与众舞者(人数不限)在场中排成一横排(吹口琴者排在队右侧,第一人为领舞者)。舞蹈时,由领舞者示意,众吹口琴者边为舞队伴奏边舞蹈,众人跟随起舞。每个套路随意反复,速度渐快。套路的选定,反复的遍数,速度的变化,均由领舞者掌握。一个套路跳完后可接跳另一个套路,中间亦可稍停顿休息。舞者越跳情绪越热烈,直至尽兴。

传 授 娜 儿(拉祜族)、娜 朵(拉祜族) 娜 努(拉祜族)

编 写 姚定生(彝族)、杨文康(纳西族)

绘 图 赵拉拉

执行编辑 陈 净、林 堃

# 跳

"跳歌"也称"打歌"、"跳笙"、"三脚歌"等,是在云南,尤其是滇西、滇南各民族中普遍流行的自娱性广场舞蹈形式。从围圈踏步、持笙而舞等形态看,与拉祜族"芦笙舞"有着渊源关系;但从舞蹈的表现内容、活动形式以及社会功能等方面看,又有别于芦笙舞。

流传于拉祜族地区的跳歌,在动作风格上大体有三种类型。(一)踏跺型。以踏步、跺步、扭胯为基本步法,多以葫芦笙伴奏,风格古朴,浑厚。(二)走步型。以拖步、提腿、晃身走为基本步法,用小三弦伴奏,风格轻盈、洒脱。(三)组合型。兼有以上两种动作特征,形成较固定的动作组合和队形变化。各地有大体相同的舞蹈名称,多为动作形态的概括描述,如:"三跺脚"、"五跺脚"、"合脚"、"三翻"、"两翻"、"半翻半转"、"白鱼翻身"、"鹞子翻身"等。表演形式又可分为纯舞和歌伴舞两种。歌唱内容有固定的民间歌谣,有即兴编唱的对歌,多用汉语领唱加集体帮腔的形式伴舞。

跳歌形成于各民族长期交往的历史过程,又受文化传统、经济发展和地理环境的影响,在不同的拉祜族地区既保持着一定的民族特点,又有较大的地域特色。

# 镇 沅 跳 歌

### (一) 概 述

思茅地区镇沅县的者东、九甲两个乡是拉祜族聚居的地方,这里的拉祜族人民喜欢跳"歌咯"即"跳歌"。

镇沅拉祜族跳歌是当地男女青年交往的方式,也是主要的文化娱乐形式。每逢佳节或 男婚女嫁、奔丧送葬、出山围猎,便是拉祜族人翩翩起舞的大好时机。特别是晚上,他们燃 起火塘,点亮松明火把,弹起三弦,吹起葫芦笙,男女老少围着火塘,日暮起舞,深夜散场。

"直歌"、"二踅歌"、"躜歌"、"搓脚歌"、"比脚歌"、"跛脚歌"、"小马四蹄"是镇沅跳歌中具有代表性的几个套路,每个套路均由领舞者弹三弦或吹芦笙作伴奏,其余舞者或挽手,或叉腰,或拉手围圈,有时面对圆心,有时左肩对圆心逆时针方向行进。动作主要在下肢,有"走步"、"靠步"、"跺步、"颤步"、"吸腿步"等。

"直歌"主要用于抒发悲怨之情;"二踅歌"多用于青年男女恋爱场所;"躜歌"在喜庆节日中出现,舞蹈时不断发出"厄铁革马"(拉祜语"使劲跳"的意思)的欢呼声,感情较奔放;"比脚歌"主要是老年人和成年人跳;"小马四蹄"模拟小马动态,以脚掌相对和后踢、对脚掌为主,有趣地表现了小马活蹦乱跳的顽皮性格,别有情趣。

男舞者穿拉祜族男装,女舞者穿拉祜纳女装。

## (一) 音 乐

## 二 踅 歌

传授 何正才(拉祜族) 记谱 刘忠明

1 = F 慢速

直 歌

传授 普正才(拉祜族) 记谱 刘忠明

1 = F 中速

传授 张兆富 (拉祜族)等 记谱 刘忠明

1=F 快速

### 搓脚歌

传授 普正才(拉祜族) 记谱 刘忠明

1=F 慢速

### 比脚歌

传授 张福兴(拉祜族) 记谱 刘忠明

1 = F 中速

### 跛 脚 歌

传授 吴有明(拉祜族) 记谱 刘忠明

1=F 中速稍快

## 小马四蹄舞曲

传授 张福兴 记谱 刘忠明

1 = F 慢速

## (三) 动作及跳法说明

### 手臂的动作

1. 挽手

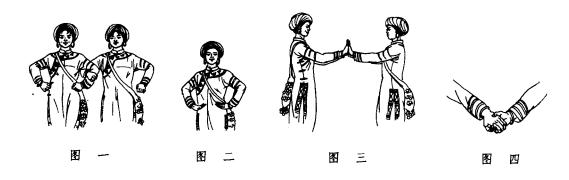
做法 相互以臂肘相挽(见图一)。

- 2. 叉腰(见图二)
- 3. 击掌

做法 二人面相对,双手指尖向上,相互击掌(见图三)。

4. 拉手(见图四)

提示:持乐器者边舞边演奏,不做上述手臂的动作。



### 基本步法

1. 小走退步

第一~三拍 左脚起,每拍一步,向前走三步。

提示:膝随脚步微屈伸,使身体有韧性的微颤。以下所有步法均同此,不另叙述。

第四拍 右脚向前摆出后,随即后退半步,上身直立。

2. 大走退步

第一~七拍 左脚起,每拍一步,向前走七步。

第八拍 右脚向前摆出后,随即后退一大步,上身直立。

3. 退跨步

第一拍 左脚向后退一步。

第二拍 右脚向左前跨一步,成左"踏步"。

第三拍 左脚向后退一步,上身直立。

第四拍 右脚靠向左脚成右"丁字步"。

### 4. 走步

第一~三拍 左脚起,每拍一步,向前走三步。

第四拍 右脚原地踏一步。

### 5. 退踢步

第一拍 右脚后退一步,同时左脚向前踢出 45 度。

第二拍 左脚向左跨一步,成"大八字步"。

第三拍 左脚继续向后退一步。

第四拍 右脚靠向左脚,双脚跺地。

### 6. 横移靠步

做法 左脚向左横移一步,右脚擦地拖靠向左脚。同时肩前后抖动,带动上身和手臂碎抖,象抖摆子(发疟疾)状(见图五),两拍一次。

### 7. 退踏步

准备 双手"叉腰"。

第一拍 右脚后退半步,屈膝,同时左腿吸起 45 度。

第二拍 左脚向左侧蹬出踏地,成"大八字步"。

8. 迈蹲步

准备 双手叉腰。

第一拍 右脚向右迈一步,同时左腿吸起 45 度。

第二拍 左脚往左踏地成"大八字步半蹲"。

### 9. 跺踢脚

第一拍 双脚跺地,左腿随即吸起 45 度,右膝微屈,双手自然前甩。

第二拍 左脚与对面舞者脚掌相对,右腿半蹲,手掌相击(见图六)。



图五



图六

### 跳法

1. 直歌

准备 "拉手",左肩对圆心,自然站立。

### 奏[直歌]

- [1]~[2] 做"小走退步"。
- [3] 第一拍,左脚后退一步靠向右脚,成左"丁字步"。第二拍,左脚退靠右脚成右"丁字步"。
  - 〔4〕 第一拍,右脚向前走一步。第二拍,左脚靠右脚成"小八字步"。
  - 2. 二踅歌

准备 "挽手",左肩对圆心,自然站立。

### 奏「二踅歌]

- [1]~[4] 做"大走退步"。
- [5]~[8] 做"退跨步"两次。
- 3. 躜歌

准备 挽手",面对圆心,自然站立。

### 奏「躜歌]

- [1]~[2] 做"走步"。
- [3]~[6] 做"退踢步"两次。
- 4. 搓脚歌

准备 面对圆心站立,双手自然下垂。

#### 奏「搓脚歌]

做法 面对圆心反复做"横移靠步"。

5. 比脚歌

#### 奏[比脚歌]

- 〔1〕~〔2〕 "叉腰",站成面相对的两排或内外两圈。
- 〔3〕 做"退踏步"。
- 〔4〕 左转半圈,顺势做"退踏步"的对称动作。
- 〔5〕 右转半圈,继续做"退踏步"。
- 〔6〕 左脚向前跨一大步,相互背擦背交换位置,成与另一舞伴相对。
- 6. 跛脚歌

#### 奏「跛脚歌」

- 〔1〕~〔2〕 "叉腰",左肩对圆心,自然站立。
- 〔3〕 做"迈蹲步"。
- 〔4〕 左转半圈, 顺势做"迈蹲步"的对称动作。
- 〔5〕 右转半圈,做"迈蹲步"。
- 〔6〕~〔7〕 收左脚,右脚以脚尖点地,左脚再向前跳三步,做跛脚状,上身前俯。

- 〔8〕 左转半圈顺势做"迈蹲步"的对称动作。
- 7. 小马四蹄舞

准备 站成面相对的内外两圈。

奏[小马四蹄舞曲]

- 〔1〕 做"跺踢脚"。
- 〔2〕 做"跺踢脚"的对称动作。
- 〔3〕 两臂屈肘自然抬于身两侧,吸左腿,左脚靠于右小腿旁,右脚向前跳两步。
- 〔4〕 第一拍,两舞者背对背左脚向后蹬击一次,上身前俯;第二拍,左转半圈,左脚落于右脚旁。

提示:跳上述各套路时,人数不限,众人围圈逆时针方向行进而舞;领舞者弹奏小三弦,边为舞队伴奏,边率领众人起舞;每一个套路均反复多遍,尽兴后由领舞者带领换跳另一个套路。在众舞者情绪达到高潮时结束。

# (四) 艺人简介

**吴有明** 男,拉祜族,1923年生,镇沅县者东正木厂乡曼别村人。他能弹会跳,是九甲、者东等区乡的跳舞能人,经常参加各地舞会并任领舞。他跳的"甩脚歌"动作幅度很大。舞会只要有他在场,群众舞兴就热情高涨。

吴正才 男,拉祜族,1920年生,镇沅县者东区樟盆乡人。他能弹会唱、多才多艺,跳歌的套路他都会。"蹉脚歌"、"直歌"是拉祜族人民辛酸悲苦生活的写照,他和木厂乡的普正才在舞蹈中弹唱的《苦情调》以叙事抒情的唱词抒发拉祜族人的感情配以"蹉脚歌"的"擦地拖步"(即"横移靠步")全身颤抖的动作,可使全场舞者进入幽远沉思的氛围中。

传 授 吴有明(拉祜族)、何正才(拉祜族)

编 写 高飞雁

绘 图 赵拉拉

资料提供 杜 明(哈尼族)

执行编辑 陈 净、林 堃

# 三 脚 歌

# (一) 概 述

"三脚歌"是澜沧县拉祜族跳歌中的一种,也是当地彝族、汉族所喜爱的舞蹈形式。

每逢年节或喜庆之日,拉祜族男女老幼往往通宵达旦地跳三脚歌。舞蹈没有固定的表演场地,人数不限,动作简单易学,因此,具有广泛的群众性。

三脚歌由领舞者(俗称"弦匠")自弹小三弦伴奏。舞蹈时,舞者围圈,领舞者位于中间。 舞蹈情感纯朴,节奏时快时慢,灵活多变,气氛热烈,舞者配合默契,很有特点。

# (二) 音、 乐

三 脚 歌

1 = G 中速

传授 鲁建文(拉祜族) 记谱 张晓东

# (三) 动作说明

1. 甩手

做法 双手同时自然地前后甩动。甩至小腹前为前"甩手",甩至身后称后"甩手"。 2. 走靠步

第一拍 左脚往右前跨一步,膝微屈,右脚稍离地随至右脚后,同时做前"甩手"(见图一)。

第二拍 右脚上步靠于左脚旁,同时做后"甩手"。

第三拍 左脚后退一步,同时做前"甩手"。

第四拍 右脚退步靠于左脚旁,双膝微屈,同时做后"甩手"。

3. 跨抬步

第一拍 左脚往前跨一步,右脚随之离地,双膝微屈,同时做前 "甩手",上身稍前倾。

图一

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 左脚往前跨一步,右腿稍屈膝微后抬,同时做前"甩手",上身微前倾。

第四拍 落右脚,同时做后"甩手",上身微后仰。

# (四)跳 法 说 明

男女舞者人数不限,围成圆圈,面对圆心,弹小三弦者位于圈中央,反复演奏《三脚歌》,全体舞者边唱边舞,始终逆时针方向移动。

每遍音乐的动作顺序如下。

[1]~[12] 做"走靠步"六次。

[13]~[14] 做"跨抬步"。

[15]~[16] 做"跨抬步"的对称动作。

### 按上述动作顺序随意反复,直至尽兴。

传 授 鲁建文(拉祜族)

编 写 张晓东、黄帮勇、陈文明(佤族)

高飞雁

绘 图 赵拉拉

执行编辑 陈 净、林 堃

# 临沧跳歌

# (一) 概 述

临沧县的"跳歌"主要流传在坡脚南华、幕布等村,当地拉祜族人民习惯称为"三脚歌"。不论男女老少,人人都会跳。其中"倒三脚歌"、"一脚半歌"、"跺步歌"、"纵脚歌"、"跳脚歌"、"五脚歌"、"哄脚歌"、"大三脚歌"、"跺三脚歌"是当地跳歌中比较流行的几个套路。

跳歌自娱性强,易普及。不受时间和场地的限制,尤以节庆、婚喜期间盛行。一般在夜间,男女老幼聚在一起围成圆圈,由吹芦笙者在前领舞,众舞者随之面对圆心或逆时针或顺时针方向移动。有时在做几个基本动作后加转身,有的加半蹲动作。

临沧跳歌的动作特点是腿的屈伸及身体前倾、后仰的幅度较大,特别是跺脚和踏地时,几乎是全脚掌着地。动作敏捷,节奏鲜明。

女舞者穿拉祜纳女子服饰;男舞者服饰见"拉祜族统一服饰"。

(二) 音 乐

倒三脚歌

传授 李扎尼(拉祜族) 记谱 杨红星

 $\frac{2}{4}$   $\frac{3}{5}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}$ 

<u>2 1</u> 6 | <u>3 5</u> <u>1 5</u> | <u>2 1</u> 6

一脚半歌

传授 李有林(拉祜族) 记谱 杨红星

跺 步 歌

传授 李扎尼(拉祜族) 记谱 杨红星

 1 = C
 中速稍快

 2
 1 3 5
 6 5
 1 5
 3
 1 5
 3
 1 5
 3
 1 5
 2 1
 6

 5 3
 1 3
 2 1
 6
 6

大三脚歌

传授 李有林(拉祜族) 记谱 杨红星

### 跺 三 脚 歌

传授 李有林(拉祜族) 记谱 杨红星 1 = C 慢速 (1)(4) **5** <sup>į</sup>5  $\dot{2}$   $\dot{1}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{5}$  $\frac{\dot{2}}{\dot{5}}$   $\dot{5}$   $\dot{5}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{5}$  $\frac{\dot{2}}{2} \frac{\dot{5}}{5} \frac{\dot{6}}{6} \frac{\dot{5} \dot{6}}{5} | \frac{\dot{5}}{2} \frac{\dot{2}}{2} \frac{\dot{5}}{5} | \frac{7}{5} \frac{5}{5}$ 纵 脚 歌 传授 记谱 李有林(拉祜族) 1 = C 中速 杨红星 (1) 5<u>5</u>  $\dot{2}$  |  $\dot{2}$   $\dot{5}$   $\dot{6}$   $\dot{5}$  |  $\dot{5}$   $\dot{2}$   $\dot{5}$  |  $\dot{2}$   $\dot{5}$  |  $\dot{2}$   $\dot{1}$  7 5 |  $\dot{5}$   $\dot{2}$  |  $\dot{2}$   $\dot{5}$  $\frac{\dot{2}}{\dot{5}}$   $\frac{\dot{2}}{\dot{5}}$   $|\dot{2}$   $|\dot{7}$ 五 脚 歌 传授 记谱 李扎尼(拉祜族) 杨红星 1 = C 中速 (1) (4) <u>i ż 3 5</u>  $3 \quad | \begin{array}{c|c} \underline{i} & \underline{i} & \underline{i} & \underline{j} & \underline$ 3 5 [8] 6 | 15 35 | 21 6 | 2 1 跳 脚 歌

跳 脚 歌

### 哄 脚 歌

李有林(拉祜族) 杨红星 1 = C 中速  $\frac{2}{4}$   $5\dot{1}$ 5 | <u>i 6 5 | 5 i 6 i | i 6 5 | 5 5 6 5 | 2 3</u> 5 | 6 5 6 5 2 3 5 5 6 6 5 2 3 5 2 5 5 2 5 2 5 (16) <u>i 6 5 | 5 i 5 | i i 5 | 5 i 6 5 | 2 3 5 | 2 5 6 5 |</u> (28) <u>23</u> 5 3 23 53 52 5 15 5 5 23 55 15 5 [32] <u>i 2 i 7 5 | i 7 5 | 7 i 2 i | i 7 5 | 2 i 7 i | i 5 5 |</u>

# (三)动作说明

#### 1. 甩手

做法 双手随上身自然地前后一齐甩动,一拍向前,一拍向后。以下动作除执乐器者外,其他舞者双手均按此甩动,不另叙述。

### 2. 转抬步

第一拍 左脚往前上一步,膝稍屈,同时身体左转四分之一圈, 右小腿向后抬起(见图一)。

第二拍 右脚上一步,膝稍屈,同时左小腿稍后抬,上身微前俯。

第三拍 左脚后退一步,上身直立。

第四拍 右脚落于左脚旁成左"丁字步",上身直立。

提示:迈步时,膝部都随之屈伸,使身体有韧性的起伏。以下动作均同此。



图一

### 3. 跺撤步

第一拍 双脚同时往左前方跳跺一步,膝稍屈,上身微俯。

第二拍 左脚向后撤一步,膝稍屈,上身保持姿态。

第三拍 右脚向后撤一步,膝稍屈,同时左脚稍屈前抬 45 度。上身微后仰。

第四拍 右脚原地跳一次,上身保持微后仰。

### 4. 小跳步

第一拍 右脚跳落地。

第二拍 左腿前吸,勾脚靠于右小腿上,送右胯,身向左倾。

### 5. 靠跺步

第一拍 左脚向左前方上一步。

第二拍 右脚靠拢左脚,双脚顺势跺地一下。

### 6. 大抬步

第一拍 左脚向左后撤一步,同时右脚往前稍屈膝抬起,上身后仰(见图二)。

第二拍 左脚原地跳一步,上身保持姿态。

第三拍 右脚落地,左腿后抬45度,身体前俯。

第四拍 右脚原地跳一步,上身保持姿态。

### 7. 开胯步

第一拍 右脚横迈一步,同时左脚向后开胯抬起,上身前俯(见图三)。



图二



图三

第二拍 左脚落于右脚前,上身微前俯。

### 8. 屈跪步

第一拍 左脚向前上一大步成右"跪蹲"(见图四)。

第二拍 身体起直,右脚为重心,左腿稍屈膝微前抬。

第三拍 左脚跺地,膝稍屈,右脚微抬。

第四拍 右脚落地。

### 9. 碾步

第一拍 左脚上前一步,右脚随即靠向左脚。

第二拍 左脚向左碾转四分之一圈,右脚落于左脚旁。

### 10. 走退步

第一拍 左脚向前走一步。

第二拍 右脚踏于左脚旁。

### 11. 转跳步

第一拍 右脚跳一步,同时向右转四分之一圈,左腿随即屈膝前抬。

第二拍 右脚踮一下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

### 12. 右吸步

第一拍 左脚向左横迈一步,右腿前吸,右脚靠左小腿。

第二拍 做第一拍的对称动作。

### 13. 擦步

第一拍 左脚上前一步,同时右脚向前自然擦地伸出,左膝微屈。

第二拍 做第一拍的对称动作。

## (四)跳 法 说 明

人数不限,众舞者围成圆圈,面对圆心。领舞者手捧芦笙边吹边舞,其余舞者随领舞者变换套路,始终逆时针方向移动,每个套路均反复跳多遍,直至尽兴。一个套路跳完,在领舞者带领下,接着换跳另一个套路,在群众情绪高潮中结束。各套路的跳法如下。

#### 倒三脚歌

#### 奏[倒三脚歌]

- [1]~[2] 做"跺敝步"。
- 〔3〕~〔4〕 做"跺撤步"的对称动作。
- 〔5〕 落右脚,同时左脚踢出又很快收回,右脚原地跳跺一次。



图四

- 〔6〕 做〔5〕的对称动作。
- 〔7〕~〔8〕 做"轻跳步"。

### 一脚半歌

### 奏[一脚半歌]

- 〔1〕~〔2〕 做"转抬步"。
- 〔3〕 第一拍,右脚向右横跳一步,左脚随即提起靠于右脚旁。第二拍做第一拍的对称动作。
  - 〔4〕同〔3〕。
  - [5] 右脚跳落地,左腿随之屈膝 45 度,左脚靠右小腿,微勾脚。
  - [6] 做[5]的对称动作。
  - 〔7〕 右脚落地,双腿屈膝。

### 跺步歌

### 奏[跺步歌]

- 〔1〕~〔2〕 做"转抬步"。
- 〔3〕 做"靠跺步"。
- 〔4〕 做"靠跺步"的对称动作。
- 〔5〕~〔6〕 做"大抬步"。
- 〔7〕 落左脚,右脚收靠于左脚旁。

### 大三脚歌

### 奏[大三脚歌]

- 〔1〕~〔2〕 做"转抬步"。
- 〔3〕 做"开胯步"。
- 〔4〕~〔5〕 做"屈脆步"。
- [6]~[7] 做"转跳步"。

### 跺三脚歌

### 奏[跺三脚歌]

- 〔1〕~〔2〕 做"转抬步"。
- 〔3〕 做"开胯步"。
- 〔4〕 第一拍,左脚向前跨一大步,同时右腿后抬 25 度。第二拍,右脚后退一步,左脚 靠拢右脚。

#### 纵脚歌

#### 奏[纵脚歌]

- 〔1〕 做"走退步"。
- 〔2〕 第一拍,左脚向左前上一步,成左"前弓步"。第二拍,右脚向右前上一步,成右1102

### "前弓步"。

[3]~[4] 重复[1]至[2]动作。

### 五脚歌

### 奏[五脚歌]

- 〔1〕~〔2〕 做"转抬步"。
- 〔3〕 向右做"碾步"。
- 〔4〕~〔5〕 向左做"碾步"两次。
- 〔6〕 向右做"碾步"。
- [7]~[8] 做"转跳步"。

### 跳脚歌

### 奏「跳脚歌〕

- 〔1〕~〔2〕 做"转抬步"。
- 〔3〕~〔4〕 双脚并拢向圆心跳四次。一拍一次。
- 〔5〕~〔6〕 双脚并拢往后退跳四次,一拍一次。
- 〔7〕~〔8〕 向右转身成左肩对圆心,逆时针方向正步往前跳四次。一拍一次。
- [9]~[10] 做[7]至[8]的对称动作。

### 哄脚歌

### 奏[哄脚歌]

- 〔1〕~〔2〕 左脚起向前走四步,身体随脚步自然摆动。
- [3]~[4] 做[1]至[2]的对称动作。
- 〔5〕 第一拍做"右吸步",第二拍做"右吸步"的对称动作。
- 〔6〕 第一拍落左脚,同时右脚向左前方踢出 45 度。第二拍收右脚的同时双脚跺地。
- 〔7〕 做"擦步"。
- 〔8〕 做"擦步"的对称动作。
- 〔9〕 右脚收于左脚旁,上身直立。

传 授 李扎尼(拉祜族) 编 写 杨红星、高飞雁

绘 图 赵拉拉

资料提供 舒 翔、李 进

执行编辑 陈 净、林 堃

### 木筒鼓舞

### (一) 概 述

"木筒鼓舞"是思茅地区镇沅县拉祜族的传统男子舞蹈,拉祜语称"敌独夺"。

木筒鼓舞属祭祀性舞蹈。据镇沅县者东乡学堂村拉祜族老艺人王开应(1914年左右生)讲,木筒鼓舞是专为驱邪赶鬼,祈求山寨和人畜清吉平安时跳的舞蹈。

木筒鼓从制作开始,便具有了比较浓厚、神秘的原始宗教色彩。无论哪个寨子制作木筒鼓,事先都必须请一个德高望重的男性"比摩"择定一个吉祥的日子,挑选几个身强力壮而又"干净"(指妻子一不在经期,二不怀孕,三没坐月子生娃娃)的男子汉,在选定吉日的当天夜里,于人们刚刚睡静的时候(约深夜十二点)或鸡未叫之前,将制作木筒鼓的大树砍倒,然后根据工序的要求,进行精心制作。

跳木筒鼓舞有固定的时间。除部落之间发生械斗或驱赶野兽的侵袭等特殊情况外,一年只跳一个月,即从农历正月初一开始,直至正月结束。特别是正月里的第一个属牛的"祭竜节",更是要整天敲响木筒鼓。待正月过完,就由"比摩"收起木筒鼓,直到第二年的正月再抬出。其它时间任何人都不能敲响木筒鼓,更不能跳木筒鼓舞。

木筒鼓舞均为成年人或老人跳,虽男女不限,但以男性长者为多。跳时三人一组,每人两手各拿一根长约一市尺左右的鼓棒,一人坐在鼓的一端敲击,另二人站于鼓的另一端,边跳边敲。因运动量大,一般是轮流起舞,一组下去,另一组紧跟而上,其余的人围观。

跳木筒鼓舞,都以寨为单位进行。由寨里一长老(比摩)将木筒鼓架在场正中的两个三角形木架上,三舞者各持两根鼓棒进入现场,然后按各自的位置分别在鼓的两边站立。跳完一遍后可交换位置,继续不停地用力敲击。鼓声粗犷,低沉、宽广,气势雄浑,近十里的地1104

方都能听到。

木筒鼓舞的动作特点是古朴、粗犷,奔放而又豪迈。表现了拉祜族人民勤劳淳朴而又 剽悍的民族气质和那种大山一样的宽广胸怀。

目前,在镇沅县拉祜族中,会跳木简鼓舞的多为五十岁以上的老人。1990年县文化部门把它改编搬上了舞台。

### (二)道 具

1. 木筒鼓 用椿树制作。鼓身长约 150 厘米,直径约 70 至 80 厘米。先用火烧树心,再用凿子挖空,用刀把鼓身凸凹部分削掉,使鼓身变得圆滑。两端用牛皮蒙面,最后用竹条扎紧、固定。

鼓棒是用木头旋或削成,长约40厘米,直径约4厘米。

将三根木棍的三分之一处用绳捆扎,分开支成高约 40 厘米的 三脚鼓架。共扎两副鼓架,舞前将鼓置于架上。

2. 木凳 日用木制小凳。

木筒鼓

### (三)动作说明

二舞者击鼓前面(见图一);伴奏者坐在木凳上击鼓后面(见图二)。 以下只介绍二舞者的动作;以站在前鼓面右侧的甲为例,左侧的乙做对称动作。



图 一



图二

#### 1. 侧击鼓

做法 两手满把握鼓棒,站于筒鼓右前,以身体左侧斜对鼓面,站左"旁弓步",左手握

鼓棒向左下击鼓,右手握鼓棒竖于腰右前,眼视鼓面,为左"侧击鼓"(参见图一)。对称动作为右"侧击鼓"。

#### 2. 甩棒击鼓

第一拍 右脚向右移一步,同时左腿前吸 45 度,双手将鼓棒从下提甩至右肩上方(见图三)。

第二拍 左脚落地,做"侧击鼓"一次。

3. 跨步换位

第一拍 左脚往前跨一步,两手握鼓棒屈肘夹于腰两侧。

第二拍 向左转身后,右脚后撤一步至右侧位置(与乙换位)。



图三

### (四)跳 法 说 明

表演前,先由长老(比摩)将木桶鼓横放在两个木扎的三角架上。三位表演者从东面进场,两舞者站在鼓的前面边击鼓边舞,伴奏者坐木凳敲击鼓的后面。鼓点为中速,<sup>2</sup> 节拍。舞者击每小节的第二拍;伴奏者每拍击两下(左、右手各一下)。二舞者动作始终是做三次"甩棒击鼓"接做"跨步换位",二人交换位置后互做对称动作。反复跳至尽兴下场。再由另一组上场继续表演。

表演全部结束后,仍由比摩将木筒鼓抬下场。

传 授 田正才(拉祜族)、王开应(拉祜族) 田发昌(拉祜族)

编 写 高飞雁、郑显文

绘 图 赵拉拉

资料提供 杜 明(哈尼族)

执行编辑 陈 净、林 堃

### 者东祭祀舞

### (一) 概 述

"者东祭祀舞"是思茅地区镇沅县拉祜族的传统祭祀舞蹈。其中最具代表性的是"祭竜舞"和"饭魂舞"。

"祭竜节"是镇沅拉祜族一年一度的隆重节日,这一天跳的祭祀舞蹈就称为祭竜舞。祭竜节在正月里的第一个属牛日,届时,全竜(有的几个寨子为一竜,也有一个寨子即为一竜),聚会于事先选定的麻栗树下,由"比摩"祈祷祭祀祖先,杀鸡看卦,全竜人员跪拜祖先,并选出下届"竜头",然后共餐鸡肉稀饭。吃完,祭竜结束。到了晚上,大家便到竜头家通宵达旦跳祭竜舞。

跳祭竜舞一为祭祀祖先在天之灵,二为祝愿民族团结,共同驱逐一切外来侵略和一切 "邪气",护佑全竜平安康泰。

祭竜舞基本队形为圆圈,舞者左肩对圆心,圆圈内摆放有供桌,桌上摆设茶、饭、酒坛、香炉、猪头及蔬菜等物,然后由十二个有名望的老人分别抱着饭甑、斗、升、瓢、碗、谷子、一刀肉、玉米等,由一人弹三弦,一人吹奏芦笙,一人吹奏的噜,围供桌逆时针方向起舞。先在堂屋跳,然后再从堂屋跳到院场上,最后再从院场上跳到堂屋里,祭竜仪式即告结束。十二位老人跳完后其它群众方能入舞。

每年二月接谷神时跳的祭祀舞称为饭魂舞,舞蹈表现拉祜族人民期盼五谷丰登,粮食满仓的心愿。

饭魂舞的音乐、道具、服饰及队形动作、人数都与祭竜舞一样,所不同的是表演地点的顺序相反。饭魂舞先在院场上跳,再进堂屋里跳,然后连同供桌一起抬着跳上楼(楼上是存

放谷物的地方),意思是已经把谷魂接回家中,来年一定谷物丰收,粮食满仓。跳至楼上后,整个饭魂舞就告结束。

### (二) 音 乐

### 祭祀舞曲

1 = F 中速

传授 罗中和(拉祜族) 记谱 杜 明(哈尼族)

曲谱说明:祭竜舞及饭魂舞均用此曲。

### (三)道 具

- 1. 三弦、葫芦笙、的噜(均见"统一图")
- 2. 饭甑、升、斗、瓢、一刀肉、酒、碗、玉米、谷子 均为实物。
- 3. 供桌 普通方桌,上置茶、饭、酒坛、香炉、猪头、蔬菜。



供桌

### (四)动作说明

#### 基本动作

1. 走步

做法 上身直立,手持各自的道具。左脚起向前走五步,第六步右脚原地踏地。

2. 退跳步

第一拍 左脚后撤一步,上身不变。

第二拍 双脚起向左跳转四分之一圈跺地。

3. 踢踏步

第一拍 右脚后退一步,左腿稍屈膝开胯前抬,上身直立。

第二拍 撤左脚成左"踏步",上身微前俯。

#### 组合动作

准备 手持各自的道具。

第一~六拍 做"走步"。

第七~八拍 做"退跳步"。

第九~十拍 做"踢踏步"。

第十一~十二拍 做"退跳步"。

第十三~十四拍 做"踢跳步"。

第十五~二十拍 做"退跳步"三遍。

第二十一~四十拍 向右转成背对圆心,做第一至二十拍的动作。

### (五)跳 法 说 明

表演时由十二位有名望的老人,一人吹芦笙,一人弹三弦,一人吹的噜,其余人分别端饭甑、升、斗、瓢、碗、酒、谷子、一刀肉和玉米等,先在堂屋内,围置于堂屋中央的供桌舞蹈,逆时针方向跳"组合动作"一遍,然后,全体成一队跳着"组合动作"经堂屋内右侧跳出到庭院中央,再围圆圈跳"组合动作"一遍,最后由持芦笙、三弦、的噜的三人领头跳"组合动作"从堂屋门左侧进入堂屋。全体舞者进入堂屋后,舞蹈结束。在接谷神活动中称饭魂舞,其

舞蹈动作及舞者人数、所拿道具均与祭竜舞相同,只是先在庭院中围圈舞蹈,再进入堂屋围供桌舞蹈,最后边跳边把供桌抬到楼上,即告结束。

传 授 罗中和(拉祜族)、黄如芳(拉祜族)

编 写 高飞雁

绘 图 赵拉拉

资料提供 杜 明(哈尼族)

执行编辑 陈 净、林 堃

### 欢 庆 舞

### (一) 概 述

"欢庆舞"流传在红河州金平县勐拉乡南棵树一带,是当地拉祜族每逢过年和婚娶之日都要跳的传统舞蹈。

此舞过去主要是老年妇女跳。跳时互相携手围圈,动作风格古朴,乡土气息较浓,显示了老年舞蹈的特点,也具有拉祜族原始舞蹈的一些形态。

现在除老年妇女外,男女青年常跳此舞。过年时在室内跳,结婚时多在室外跳。舞蹈表现了人们在喜庆的日子里,欢聚一堂,祝福新人,庆祝丰收的欢乐心情。

欢庆舞动作简单、幅度不大、队形也不复杂。众人牵手围圈,面对圆心逆时针方向移动。手部动作主要是"推拉手",腿的动作以屈膝跺脚为主要特点。舞蹈显得在平稳中洋溢着欢乐气氛。

为舞蹈伴奏的乐器是铓锣和牛皮鼓。齐奏,每拍一下,每击三下停一拍。

女舞者着拉祜纳女装,头缠两条镶满银泡的红布,脑后坠圆珠若干串。男舞者着拉祜 族男装。

### (二)动作说明

1. 推拉手 全体舞者牵手成圈。肩向右拧带动左手向左推,右手往回拉,称左"推拉手"。对称动作称右"推拉手"。

#### 2. 碾步转身

准备 全体舞者牵手成圈,"小八字步"站立。

第一拍 右脚向前以前脚掌点地,脚跟向前碾动,左膝微屈,身稍右拧,同时做左"推拉手"(见图一)。



图 -

第二拍 右脚撤至左脚后以脚尖点地,左膝微屈伸,同时做右"推拉手",身微左拧。 第三拍 同第一拍。

第四拍 右脚收回"小八字步"位为重心,左脚随之稍抬起,两臂略收回。 第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

### (三)跳 法 说 明

此舞在过年和婚娶喜日时跳;过年时在室内跳,婚娶喜日在室外跳。

男女舞者人数不限,面对圆心相互牵手围成圆圈,在锣鼓的伴奏中跳"碾步转身",随意反复,尽兴而止。

传 授 王大妹(拉祜族)、李二妹(拉祜族)

编 写 曹文俊、高飞雁

绘 图 赵拉拉

执行编辑 陈 净、林 堃

### 嘎内嘎

### (一) 概 述

拉祜语"嘎"为跳舞,"内"为交媾,"嘎内嘎"即交媾舞之意。有的地方亦称"嘎尼哩"。主要流传于勐海县格朗和乡较为偏僻的拉祜族山寨。现会跳此舞的人已很少。

据格朗和乡南拉村老艺人扎约国介绍,此舞是祖辈流传下来的,年代已十分久远。

勐海的拉祜纳在"扩路麻"(春节)期间要跳三天芦笙舞。初一首先跳"磕头舞",表示对祖先的祭拜,然后方能跳其他舞蹈。年初三深夜五点钟(初四凌晨)以后,必须跳嘎内嘎,此舞跳毕,节日才算过完了。

嘎內嘎舞场多选寨子中间的平地。舞者一般成偶数围双圆圈,人数不限,青年人老年人均可参加跳。男子吹芦笙在里圈,女子牵手在外圈。此舞至少要反复跳三遍,多则不限。

(二)音 乐

嘎内嘎

1 = C 中速

传授 扎锅列(拉祜族) 记谱 小扎发(拉祜族) 张昌明

### (三) 造型、服饰、道具

### 造 型



男舞者

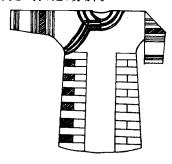


女舞者

- 服 饰(除附图外,均见拉祜族舞蹈常用服饰图)
  - 1. 男舞者 戴无沿帽,穿着大襟男上衣、大裆裤,赤脚。
  - 2. 女舞者 戴无沿帽,内穿拉祜纳女装, 外穿大襟宽式长袍, 赤脚。



无沿帽



长 袍

#### 道具

葫芦笙(见统一图)

### (四)动作说明

#### 基本动作

1. 踮跺步

做法 脚跟踮起,膝稍屈,以脚掌跺地。一拍一次。

2. 摆笙

做法 双手捧芦笙吹奏。将笙微向左摆,带动左侧腰向左倾,为左"摆笙"。对称动作 为右"摆笙"。

3. 甩手

做法 双臂屈肘,双手一起向上甩至与肩平,称"前甩手";双手由上甩下称"下甩手"; 双手由前甩至身后称"后甩手"。

#### 组合动作

准备 女内男外围成两个圆圈,男女二人一组。男左肩对圆心,双手捧芦笙吹奏;女面对圆心拉手成圈。

男舞者的动作:

第一拍 左脚前上一步,右脚"踮跺步";男做左"摆笙",身稍俯。

第二拍 右脚向右横走一步,同时身向左转成面对圆心,左脚"踮跺步";做右"摆笙"身稍俯。

第三拍 左脚向后退一步,右脚"踮跺步";做左"摆笙"。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五拍 身右转仍成左肩对圆心,双脚向前跳一步跺地,右腿随即吸起,左膝稍屈。

第六拍 双脚向前跳跺地,左腿随即吸起,右膝稍屈。

第七拍 双脚向前跳跺地,右腿随即稍屈膝,右脚提靠于左脚旁,同时,身左转成面对圆心,身稍俯。

第八拍 左脚起跳右转半圈,右脚跺地成面向圈外与女相对。

第九拍 左脚上前一步,右脚"踮跺步",双膝稍屈,同时开胯向前送。

第十拍 右脚靠至左脚旁,同时收胯,左脚"踮跺步",身稍俯。

第十一拍 双脚"踮跺步",同时,胯向前送。

第十二拍 双脚"踮跺步",同时胯收回,身稍俯。

第十三~十六拍 做第九至十二拍的动作。

#### 女舞者动作:

第一拍 左脚向右前上一步,同时右"踮跺步",手做"前甩手"。

第二拍 右脚向右横走一步,同时左脚"踮跺步",手做"后甩手"。

第三拍 左脚后退一步,同时右脚"踮跺步",手做"前甩手"。

第四拍 右脚后退一步,同时左脚"踮跺步",手做"后甩手"。

第五拍 双腿向右横跳一步跺地,右腿随即吸起,手做"前甩手"。

第六拍 双腿向右横跳一步跺地,左腿随即吸起,右膝稍屈,手做"后甩手"。

第七拍 双腿向右再横跳一步跺地,左脚落地稍屈膝,右脚跺地随即稍吸起,手做"前 甩手"。

第八拍 左脚起跳,右脚跺地,手做"下甩手"。

第九拍 左脚向左伸出,脚尖轻点地,右脚为重心,双膝稍屈。手做"后甩手"。

第十拍 左脚稍提起,右脚"踮跺步",同时向前送胯,右膝伸直,身稍后仰。

第十一~第十二拍 做第九至十拍的对称动作。

第十三~十六拍 同第九至十二拍。

### (五)跳 法 说 明

男女舞者人数不限。男舞者吹芦笙围成里圈,女舞者相互拉手围成外圈,同跳"组合动作"逆时针方向移动,最少反复跳三遍,多跳则不限,直至尽兴。

传 授 扎锅列(拉祜族)、小扎发(拉祜族)

编 写 张昌明、姚定生(彝族)、杨文康(纳西族)

绘 图 赵拉拉

执行编辑 陈 净、林 堃

# 佤族舞蹈

主 编 馬崇金

副 主 编 王世雄(彝族)

陈 净

编 辑 鲍志明(佤族)

彭成芳

责任编辑 陈 净

### 佤族民间舞蹈概况

云南佤族据 1990 年第四次人口普查有 347738 人。主要居住在沧源、西盟、澜沧、孟连、耿马、双江、镇康、永德、景东、普洱、昌宁、腾冲等县以及西双版纳的部分地区。沧源和西盟两个佤族自治县的佤族人口占我国佤族总人口的 51%,约占这两个县总人口的 80%。孟连、耿马、澜沧、双江、永德、镇康等县是佤族分布的边缘区。佤族与汉、傣、拉祜、彝、傈僳、布朗、哈尼、德昂、景颇等民族交错居住。

据各种文献记载,佤族先民早在周秦时期便是"百濮"族群的一支,从汉到明清的文献中记载的"望苴子"、"望"、"外喻"、"望蛮"、"古刺"、"哈刺"、"哈瓦"等,指的均是佤族的先民。

明清时期佤族社会已从狩猎采集过渡到以不稳定的农业经济为主的发展阶段,也就是以氏族为基础的公社形式过渡到以地缘为基础的原始农村公社形式。近百年来,佤族社会发生了很大变化,至1949年前,佤族社会经济发展为以下三种类型:一是以西盟为主,包括澜沧沧源部分佤族的处于原始社会向阶级社会过渡阶段的阿佤山中心区;二是以沧源大部分佤族以及耿马、双江、澜沧一部分和孟连、西双版纳等地佤族组成的具有封建领主经济特征的佤山边缘区;三是已进入地主经济的镇康、凤庆佤族地区。

佤族语言属南亚语系孟高棉语族佤崩语支,有四种方言。各地佤族自称不同。孟连、西盟一带自称"阿佤"(阿卧、阿佤尔)、"勒佤卧"、"勒佤"、"拉弗",镇康一带自称"佤",沧源、耿马、双江一带自称"布饶克"、"巴饶克"、"巴敖克"、"巴劳克"。布绕克意为住在山上的人,佤与阿佤也有此意,说明佤族很早就是山地居民族,并因住在山区而得名。其他民族对佤族的称谓也不尽相同,与之交错居住的傣、汉、拉祜等民族称他们为"阿佤"或"佧佤","佧"是傣语,具有奴隶的意思,佧佤之称带有贬意。建国以后,根据本民族人民群众的意

愿,统一改称佤族。

佤族居住区山岭重叠,平坝极少,故称为阿佤山区。佤族的房屋建筑有多种:一种如 "干栏"式楼房,另一种为竹木结构四壁落地房。佤族住房内的火塘根据不同方位分主火塘 与客火塘。有的地方屋内设三个火塘,称主火塘、客火塘与鬼火塘;住房也开三道门,称客门、火门、鬼门。

佤族婚姻一般实行一夫一妻制,严禁同姓通婚。婚前男女社交自由,主要恋爱方式为"串姑娘"。若两方情投意合,便由男方向女方父母求婚。订婚后,男方时常到女方家劳动。 男方还要给女方一定聘礼。过去的聘礼有两种:一种叫"奶母钱";另一种叫"买姑娘钱"。结婚仪式较为简单:新郎将新娘接归,请村寨头人和亲友吃一顿酒饭,然后男女老幼拉手围圈跳舞庆贺至通宵达旦,即完成婚礼。婚后,妻子要绝对忠实于丈夫。过去,还盛行转房制,即丈夫死,其妻便转嫁丈夫的哥哥或弟弟,但需双方同意。

佤族实行土葬。棺材用粗大圆木挖空做成。随葬之物一般只是死者生前的一般生活 生产用具。一般不全坟,夫妻不合葬。

佤族传统节日有春节、拉木鼓节、新水节、取新火节、撒谷节、新米节等。佛教的三个较大节日堆沙节、关门节、开门节也是信奉小乘佛教的佤族地区的重大节日,分别在佤历六月、九月、十二月。每逢节日,便是佤族群众盛装歌舞的好时节,往往日以继夜,一跳数日不止。

佤族人民结合自己的社会实践创造了丰富多采的文学艺术。口头文学中较有影响的是创世神话《司岗里》和创世史诗《葫芦的传说》。《司岗里》生动地描述了人类起源和佤族的古代生活。"司岗",有的解释为石洞,有的解译为葫芦,"里",是出来的意思,司岗里即为人从石洞或葫芦里出来之意。西盟一带的佤族认为,这个"出人的石洞"在巴格岱的一个山梁上;沧源一带的佤族认为:这个"出人的葫芦"长在莱姆山一带。有的佤族也说,人是老熊从石洞里背出来的。各地佤族都把阿佤山视为人类发祥地。著名的沧源崖画是云南保存下来最古老的绘画作品。目前发现的十多处崖画可辨认的图形约一千一百多个。崖画的题材主要反映新石器时代人类的生活情况。除采集、狩猎、驯养牲畜等场面外,更多的是虚拟性的再现游戏、舞蹈和仪式。

佤族民间音乐也十分丰富。大致可分为民间歌曲、民间器乐曲、民间舞蹈音乐等类。在 佤族民间歌曲中,常见的就是咏唱历史的叙事歌,表现爱情生活的情歌,劳动生产时唱的 劳动歌、儿童游戏时唱的儿歌、婚丧礼仪中唱的风俗歌、祭祀活动中唱的祭祀歌等。每逢传 统节日,便是歌舞盛会,许多民间舞蹈无乐器伴奏,就是在民歌的统一节拍下跳。佤族民间 舞蹈与歌唱是峦不可分的,每唱必舞,每舞必歌。

佤族宗教最突出的特点是"万物有灵"的信仰。他们认为,万物中最大的鬼神是木依吉 (也称"龙梅吉")和"阿依俄"。木依吉是创造万物的大神,他的五个儿子管着地震、打雷、开 1120 天、劈地等事。人们拉木鼓、做水鬼、供人头、剽牛等活动就是为了供奉他,打歌也是为了娱乐他。如果惹得木依吉不高兴,他就会叫谷子欠收,用水把寨子淹没。阿依俄是佤族男子之祖,凡有男性的人家都要供奉他,结婚、生育、盖房子、收养子都要祭他。佤族认为,鬼神也有大小之分,大鬼管大事,小鬼管小事。但其间没有统属关系,因而发生什么事就要祭什么鬼,否则就难以消灾获福。事无论大小都以鸡卦卜凶吉,祈求鬼神保佑。

建国前,沧源班洪部落的每个佤族村寨都有一片神林,称"龙梅吉",龙是树林,梅吉是神。树林里有供奉梅吉的屋。他们供奉的神最大的有两个:一是公明山的"鹿埃姆",一是焦山的"鹿埃松",是兄妹俩,祭献鹿埃姆要用雄性牲畜,祭献鹿埃松要用雌性牲畜,每年祭三五次就可保佑寨子平安,人畜兴旺。

过去,佤族较为重大的宗教活动有:做水鬼、拉木鼓、盖大房子、砍牛尾巴、砍头祭谷等。这些活动都涉及到病、婚、丧、食、住等生活的各个方面。佤族巫师叫"魔巴",是各种宗教活动和做鬼的主持人,他们念咒作法、占卜凶吉,被认为是人与鬼的媒介。

每年的宗教活动始于做水鬼,其意义是祈求风调雨顺。做水鬼在每年佤历"各瑞月" (佤历 12 月)开始时举行,为时六天,在各种祭鬼仪式中进行修水沟、砍水槽、接新水等活动。做完水鬼后开始拉木鼓,拉木鼓活动约十多天,整个过程也贯穿着做鬼,即做树鬼的活动。拉木鼓以后是盖大房子,盖房的仪式十一天,其间要剽牛、杀鸡、杀猪,甚至杀老鼠做鬼、祭祖。

在佤族看来,这些宗教祭祀活动犹如汉族过年,要十分热闹,所以每逢此时,全寨男女都要日以继夜的盛装歌舞,一连数日不止。佤族民间舞蹈也在各种祭祀活动中产生、发展, 并越来越丰富。

佤族民间舞主要有两种功能,一是用于祭祀活动,二是自娱自乐。

最为盛大的祭祀是木鼓祭祀活动,在木鼓祭祀活动中所进行的舞蹈称为"木鼓舞",也就是"木鼓祭祀舞"。根据整个木鼓祭祀过程可分为"拉木鼓"、"跳木鼓房"、"剽牛舞"、"敲木鼓"、"砍头刀舞"、"迎头舞"和"送头舞"等多种节目套路。

除木鼓祭祀活动外,各种各样的"祭鬼"活动也有舞蹈,丧葬仪式也有舞蹈,如"棺材舞"、"臼棒舞"、"竹竿舞"等。他们以歌舞来迎神驱鬼。他们认为,人死后要为其"超度",要让他高高兴兴地去,要以唱代哭,让死者的亡灵高兴。

随着历史的前进,社会的发展,佤族的祭祀活动逐步减少,其祭祀舞蹈也逐步从原始愚昧的信仰中解脱出来,赋予了新的内容,使这类舞蹈逐步演变为自娱性质。

佤族民间舞蹈较多的是自娱性舞蹈。佤族自娱性舞蹈以摸拟鸟兽动作的组合最为形象和丰富,它通过各种动物的虚拟动作来诱发真情,以此表示狩猎有获的喜悦。这些舞蹈,在一定程度上可追寻到佤族先民狩猎生活的轨迹。除模拟鸟兽动作的舞蹈外,表现生产劳动和日常生活的舞蹈也极为生动形象,它朴实地摸拟生产生活动作,简单形象地表现生产

生活过程,除自身的娱乐功能外,还具有一定传授生产知识的作用。

寓娱乐于祭祀活动之中,寓教育于娱乐之中,这是佤族民间舞蹈的特殊功能。

独特的生产生活方式,使世代相袭的佤族民间自娱舞蹈风格独具。从沧源崖画的舞蹈图形上看,它的围圈、拉手,抬腿,提襟等,与现在佤族民间舞蹈的动律相似,许多模拟劳动生产,鸟兽动作的舞蹈,往往带有佤族先民狩猎穴居,围火取乐的原始痕迹。佤族社会独特的生产方式以及古老遗风,使流传至今的佤族民间舞蹈具有浓厚的原始色彩。

佤族民间舞蹈的表现形式很多,若以伴奏乐器和主要道具分,可分为"木鼓舞"、"象脚鼓舞"、"铓锣舞"、"蜂桶鼓舞"、"芦笙舞"、"口弦舞"、"三弦舞"、"毕颂舞"、"竹竿舞"、"白棒舞"、"棺材舞"、"扫帚舞"、"刀舞"、"毯子舞"等等。还有一些舞,既没有道具又没有乐器伴奏,是一种唱与舞自然结合的无伴奏歌舞。如果以舞蹈角色来划分,可以分为"青年舞"、"集体舞"、"女青年舞"、"魔巴舞"、"少儿舞"等等。如果用舞蹈功能来划分,又可分为"祭祀舞"、"丧葬舞"、"自娱舞"以及"表演性舞蹈"等等。

佤族民间舞蹈内容丰富、风格多样。从表现形式上看,有围圈、联袂、对称、且歌且舞、程式化等特点,从动律上看,有屈膝弹动,重拍向下,节奏感和韵律感强,动作幅度大,有较大的随意性等特点。

(执笔:王世雄)

## 佤族舞蹈的常用服饰

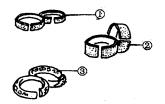
### 沧源男子服饰之—

用黑色自织布包头,右耳戴银耳环,戴银项圈、银手镯、穿黑色自织布无领无扣短袖开衫、黑或蓝色及膝摆裆裤(裤腰为黑或白色),扎黑色自织布腰带(长 160 厘米),赤脚。





沧源男子服饰之一



银 手 镯 ①女用 ②③ 男用



摆裆裤

#### 沧源男子服饰之二

包头、耳环、项圈、手镯、腰带等均参见"沧源男子服饰之一"。穿黑色无领大襟上衣、摆裆裤(长及小腿,其它同"沧源男子服饰之一"),缠自织布裹腿,赤脚。



沧源男子服饰之二

#### 沧源女子服饰之一

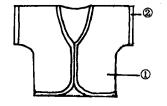
披发、戴银头箍、耳环、手镯,穿黑色无领短袖对襟上衣,戴数条串珠项链(串珠为红、白相间或红、蓝各数条,珠子可用野芦谷米代用),上臂戴银或篾制臂箍,用自织布围裹腰间成及膝短裙,腰系自织大红布条,戴数圈藤篾制的腰箍(中老年妇女腰间常挂一个带有挖耳勺及其它饰物的烟袋),膝下戴藤篾或银制的腿箍,赤脚。



沧源女子服饰之一



银头箍



短袖对襟上衣①黑色 ②红色



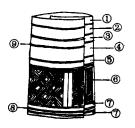
珠串项链 (也可用野芦 谷米串成)



银 箍 ①腕箍 ②臂箍 ③腿箍



藤 篾 箍 ①臂箍 ②腿箍 ③腰箍



及膝簡裙 ①③⑤⑦⑨红色 ②④⑧白色 ⑥黑、白、红色相间

#### 沧源女子服饰之二

束发于脑后或用毛线将发盘于头上,然后扎方形花头巾,颈戴三四圈小银链再戴银项圈和野芦谷米串项链(或串珠项链),上穿红色自织布无领大襟衣和胸前缀银泡的黑色大襟背心,下穿长及小腿的筒裙,缠裹腿、赤脚。



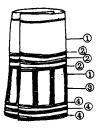
沧源女子服饰之二



花头巾



大襟背心 ①银泡 ②黑色 ③织锦花边



过膝簡裙 ①③黑色 ②红底白条纹 ④红底黑色横纹

#### 西盟男子服饰

包头、耳环、项圈、手镯等均参见"沧源男子服饰之一"。黑色扭裆裤长及膝(白裤腰),扎腰带,穿黑布对襟背心,赤脚。



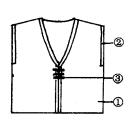
西盟男子服饰

### 西盟女子服饰

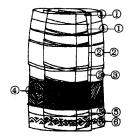
披发,戴银头箍、耳环、项圈、手镯,上穿黑色自织布套头领褂(前胸处镶饰假开襟布条),戴银或藤篾制臂箍,下穿底色为暗红色、刺绣黑、红、白色花纹的筒裙(穿时将上部向外折下成短裙状,下部及膝或小腿),腰束将一些象牙或牛骨片打磨后以蓝、白、红珠子用线等距穿起制成的腰带,胯戴数个藤篾圈,再围上串珠臀饰,膝下戴银或藤篾制腿箍,赤脚。



西盟女子服饰



套头领褂 ①黑色 ②红色 ③白色钮饰



西盟女简裙(正面) ①③⑤红色 ②黑色 ④黑、红、白相间



西盟女筒裙(背面)



西盟女腰带



串珠臀饰

(绘图:刘永根、赵拉拉)

### 木 鼓 舞

木鼓舞是佤族围绕木鼓祭祀活动所产生的一组舞蹈。木鼓,用整段树干挖空而成,用木棒敲打时便发出咚咚之声。木鼓被佤族认为是通神的工具和统一的军事信号,是佤族先民用来驱邪做鬼,召集部落成员,向友邻告急,出征决斗时不可缺少的用具。每一个佤族村寨都有一个或几个木鼓房,每个木鼓房有一对木鼓,谓之公鼓和母鼓。二十世纪六十年代前,敲木鼓有严格规定,不能随便搬动,必须公、母两鼓同时敲击。后来经过发展,已不拘泥于地点及鼓数的限制了。

西盟佤族中有这样的传说:很久以前,有一个叫格来都的头人讨了三个婆娘,大老婆叫颜托,二老婆叫玉狗,三老婆叫布吕张。大老婆颇托不会生育,买了一个养子叫岩坎摆。许多年以后,岩坎摆长成了一个英俊彪悍的小伙子。这一年,格来都出外做生意,颇托在家孤枕难挨,竟勾引养子岩坎摆,与之发生了性关系。颇托由此大病,久治不愈,格来都外出回来,请魔巴岩采来杀鸡做鬼,卜卦问天。岩采作法后,依照"老天"的旨意告诉格来都,"你得砍一棵树来做鼓,我去砍一个人头来祭,你婆娘的病才会好。"格来都就去砍木头做鼓,但连砍几个都敲不响。岩采又按照老天的旨意告诉他,"木鼓要照你婆娘生殖器的样子做才会响,人头要砍你养子岩坎摆的头来祭才会灵。"格来都感到"天命难违",一一照办。果然,木鼓咚咚地响,颇托的病也逐渐好了。从此,砍木鼓,猎头祭的习俗一直流传下来。在西盟窝郎寨,又传说拉木鼓的习俗是求水时兴起的;人从"司岗"出来以后,繁衍了好多寨人,但干旱无水,魔巴尼可向人们传达了神的旨意,叫人拉木鼓来祭天,此后才有了水。

木鼓的起源虽不能以此为凭,但它是佤族多神崇拜的产物。佤族以万物有灵的观念去解释一些难以理解的自然现象,认为木依吉就是创造万物的鬼,它创造了动物植物以及人类。它主宰万物,也掌握了人的生命,梦见它是吉兆,梦见被它拉走是凶兆。人们要祈求平安,就得供奉它。拉木鼓,做鬼,供人头,剽牛都是为了供奉木依吉,跳舞也是为了娱乐木依吉,敲木鼓是为了使它听到鼓声下来接受人的供奉。

佤族还认为一切东西都有精灵,掌握谷子生长的女神叫司欧布,她就住在木鼓房,所 以每年撒过谷种,盖木鼓房,都要祭她。

每年的木鼓祭祀活动始于拉木鼓树,俗称"拉木鼓"。每年拉木鼓都要由全寨人来推选主持拉木鼓活动的人家。人们都以争取到主持拉木鼓活动为荣,确定之后,全寨人都会尽力帮助。一切准备就绪,择吉日由头人,魔巴带着一些拿刀、枪、弩等器械的男子黑夜上山砍事先就已选好做木鼓用的花桃树。砍前,人们在树下献上贡品,鸣枪驱鬼,先由魔巴念咒祈祷后挥斧砍几下,尔后大伙轮流分批将树砍倒,拣三个石头放到树桩上给树鬼做"买树钱"。再砍下两米多长的一段树身,两端凿两个鼓耳,拴上藤索,便是要拉回寨子的木鼓树了。

次日,便是拉木鼓之日。全寨男女老幼身着盛装,一清早上山拉木鼓。由一个魔巴手 执树枝指挥领唱,众男性合着歌声号子一齐用力拉木鼓。到平地时众人又反复前拉后推拉 木鼓娱乐,妇女在一旁助威呐喊,老人和小孩送酒送饭。沿路有人在前面撒米,泼水酒敬祈 引路。鼓树沉重,道路坎坷,一小时行不过一里路。如果当天不能把木鼓拉回寨子,就要留 下一部分身强力壮的男子守着。他们认为,若不认真看守,木鼓树就会被树鬼拉回去。不 论离寨多远,一般要求在五天之内拉到,而且拉到寨子时应是属马日或是属牛日。

木鼓拉到寨门外,一般要停放两三天,等候魔巴杀鸡卜卦,选好时辰,剽猪、剽牛,祭祀,做鬼念咒。剽牛一般在拉木鼓主办者家屋外东边方向进行,先将牛用粗藤捆住角叉拴好,由剽牛者持剽杆从牛背刺入,直达心脏。牛的四肢及头、颈分给固定的亲戚和魔巴,肉分给在场亲友。剽小黄牛还要取牛肝看卦。剽牛后的第二天傍晚,在剽牛人家竹楼上还要进行祭祀活动,由魔巴端着水酒、举剽杆洒酒、挥杆驱邪,一吹笙者跟随。二人在屋内来回走步往返,大约十分钟结束。尔后,众人在主人家旁的剽牛场上围圆起舞。

木鼓树拉到寨门外时,将头(树细端)转向寨门,意为将木鼓上的恶鬼送出寨外。要进寨时,大魔巴将一个鸡蛋和一只烧过的老鼠放到木鼓后端,然后挥动一只簸箕念咒。一个小魔巴披法衣在寨中接鬼。大魔巴念完咒,将鸡蛋摔在木鼓树后端,祭鬼仪式终。尔后众人一齐将木鼓树拉进寨内,放到木鼓房旁边的场地上准备凿制。这一天拉木鼓,男女老幼均可参加,特别是男女青年,相互邀约挤在一起逗趣作乐,拉一段路唱一阵子,声势浩大,威武壮观,歌声、吼声、跺脚声连成一片,往往是一拨人换下来,一拨人又接上去。木鼓拉到木鼓房的场地上后,人们集中到主办拉木鼓的人家里喝水酒、吃饭,在主办人家旁空地上或者在木鼓房旁跳舞作乐,也就是"跳木鼓房"。

跳木鼓房后第二日开始凿木鼓,在凿木鼓的第一天和最后一天,由大魔巴在放木鼓处做鬼看卦。木鼓凿成,便抬入木鼓房上架。木鼓房占地十多平方米,高约2.5米,四周无壁,用几根木桩支撑着竹制房顶,房侧还挂着几个供人头的竹箩。工匠敲响木鼓,全寨乃至全部落的人闻声而至,男人们轮番跳起《敲木鼓舞》,全寨人围成大圆圈,合着鼓点唱跳庆贺。

木鼓凿好放到木鼓房七天以后,头人便组织人去猎人头来祭。出发之日须是属牛日或属虎日。既可砍活人的头,也可以砍埋到土里的死人头,但孕妇和十岁以下小孩的头不能砍。每当外出猎头有获,临近寨子时就鸣枪报喜。寨中人闻声敲响木鼓、象脚鼓和铓锣,盛装出来迎接。迎头时,魔巴端一张圆篾桌,桌上放一件叠好的大红长衫和一个大红包头,中间放一碗米,米上放一个鸡蛋。米和鸡蛋给头人吃,衣服给猎头者穿。魔巴给猎头者佩上长刀,穿好红衣服,众人敬饮水酒、糯米饭团,继而魔巴手捧盛水酒的竹筒,走步踮立,口中念念有词:"艺阳姑娘,我们请你来当家,若不是你来,我们的瓜架就会倒,我们的木鼓房就要霉烂。"祈求砍来的人头保佑谷物丰收、村寨平安。猎头者随之跳起《砍头刀舞》。接着,四个妇女边哭边唱为死人梳头、洗脸。

人头供到木鼓房要跳《供头舞》。即使在平常,但凡猎到人头或虎、豹、熊等大动物,也要用其头祭木鼓,既是供品,又是崇拜物。人头或兽头供到木鼓房一段时间后,就要送到寨外鬼树林的人头桩上,全寨人又要到木鼓房唱跳三天,即《送头舞》。第三天后送出人头,将人头送到人头桩上安放好。一路上要求队伍整齐,忌摔倒,忌别人踏着自己的脚后跟。

第二年收割完毕,全寨人再根据寨中不吉利事情多少来决定是否砍木鼓,决定主持拉木鼓的人家,不吉利的事情多了,说明上年猎的人头不灵了,不能保佑寨子平安了,于是重新开始拉木鼓,祭木鼓。

木鼓舞动作都比较简单,基本动律在于腿的屈伸、身的俯仰幅度大。根据沧源、西盟收集到的木鼓祭祀舞蹈,大致可分《跳木鼓房》、《敲木鼓舞》、《砍头刀舞》、《送头舞》和《迎头舞》等。

这些舞蹈,随着木鼓的产生而产生,随着时代的进步不断发展变化,它是佤族人民自然崇拜和神灵崇拜的一种体现,是万物有灵的宗教观念的折射。随着历史的前进,随着砍头祭祀原始习俗的消亡,这些舞蹈已逐步由具有浓厚宗教祭祀色彩的舞蹈变为自娱性舞蹈。近年来,经过文艺工作者的加工整理,这些舞蹈逐步展现在舞台上。

### 跳木鼓房

### (一) 概 述

《跳木鼓房》佤语称"格老尼支罗"。当人们把木鼓树拉到木鼓房旁的场地后,就开始《跳木鼓房》,可以在主办拉木鼓人家宅旁空地上跳,也可以在木鼓旁边跳。人数不限,即兴参加、男女老幼拉手围圈,除乐器伴奏外,有时也有人领头唱歌和呼喊,众人和之,气氛十分热烈。

西盟小马散地区的《跳木鼓房》无乐器伴奏,唱跳结合。领唱时,众舞者双膝微屈,身前俯。合唱时,大家挺胸抬头,逆时针方向走步移动,双手随之反复地举起放下。

沧源的《跳木鼓房》有"跳一下(佤族称高低代)"、"跳三下(高累代)"、"送膝舞(高多俄)"、"铓锣舞(高格龙動)"四种跳法。伴奏乐器有葫芦笙、木鼓、铜鼓、大铓锣等。吹葫芦笙者领舞,敲木鼓、铜鼓、大铓锣者不参与舞。其余男女舞者围成内外两个圆圈或一个大圆圈。舞步以"一步跺"、"一步踢"、"三步跺"、"三步踢"为主。四种跳法均由简单到复杂,腿的屈伸和身的俯仰频繁而自然,每一步都有双膝弹动之感,走则轻柔,跺则有力;擦地起落,走跳结合,十分和谐自然,再配以各种打击乐的音响效果,刚柔结合,既潇洒自如,又节奏分明。

### (二) 音 乐

### 跳 一 下

 1 = C 中速
 传授 李赛寨 (佤族) 记诺 鲍志明 (佤族)

 2 2 3 3 3 1 1 16 5 3 | 6 6 1 5 5 | 2 26 5 3 | 3 3 3 2 |

 2 2 6 5 3 | 6 6 1 5 5 | 2 2 6 5 3 | 6 6 1 2 2 | 2 2 6 5 2 |

 2 3 3 2 | 2 2 6 5 3 | 3 3 1 2 2 | 1 6 5 3 | 3 3 2 2 |

 2 2 6 5 3 | 3 2 1 5 3 | 1 6 5 3 | 2 3 1 3 | 1 1 6 5 0 |

### 跳 三 下

曲谱说明, 谱中铜鼓用两面, 由一人敲击; 木鼓由四人敲击, 右手执鼓槌, 左手执竹片。打击乐器演奏过程中, 根据情绪即兴加入呼喊声, 以造气氛。

### 送膝舞曲

传授 陈嘎宝(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

1133

传授 陈叶慧(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

### 跳木鼓房

传授 岩 伞 (佤族) 娜子二人 (佤族) 娜子二人 (伯族) 语 高立雄 (白白族)

1 = C 慢速

### (三)道 具

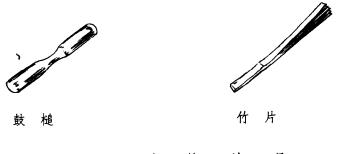
- 1. 木鼓 用整段花桃树干制做。长约 2 米,直径约 50 厘米。 中间挖空。将木鼓置于平行埋于地上的两个"丫"形木桩上。
- 2. 鼓槌 将直径约 12 厘米,长约 60 厘米的一段圆木中间砍细(以单手可握紧为度)。
  - 3. 竹片 将一片长约 60 厘米的毛竹板的一端劈成数层薄 1134



木 鼓

### 片,另一端留作把手。

4. 小铓锣 直径 15 厘米左右,式样见"统一图"。



(四)动作说 明

#### 木鼓的敲法

由四人分站于鼓的四方敲击木鼓。均右手握鼓槌、左手握竹片(见图一)。

#### 铜鼓敲击法

击铜鼓者坐在木墩上,右腿跨一鼓,左手按一鼓,按节奏交替敲击两鼓面(见图二)。 铓锣的敲法

一人双手提大铓锣站立;另一人左手提小铓锣蹲跪于地,右手持锣槌按节奏交替敲击 大小铓锣(见图三)。



- 1. 一步跺
- 第一拍 左脚迈一步(可前进、后退或向左横移),双膝随之先屈后直。
- 第二拍 右脚至左脚旁跺地,双膝随之先屈后直。
- 以上称右"一步跺",对称动作为左"一步跺"。
- 2. 一步踢

第一拍 上右脚屈膝为重心,左脚顺势擦地前踢约45度,双手随之向 前摆出,上身稍后仰(见图四)。

第二拍 左脚收至右脚旁,双膝顺势伸直,上身随之稍前俯。



1135

以上称左"一步踢",对称动作为右"一步踢"。

3. 弹动步

做法 起左脚,每拍一步前行。迈步的腿先稍前吸,同时主力腿稍屈,上身微仰;迈步的腿落地时双膝伸直,上身微俯。

4. 三步跺

第一~二拍 起左脚走"弹动步"两步。

第三~四拍 做右"一步跺"。

5. 三步踢

第一~二拍 起左脚走"弹动步"两步。

第三~四拍 做右"一步踢"。

6. 跑三步踢

做法 每拍一步,身稍前俯,起左脚向前小跑三步,第三拍的后半拍右脚稍向前踢出, 上身顺势稍左倾,第四拍时右脚收回至左脚旁为重心,双膝随之伸直,身体直立。

7. 弹动退步

做法 后退着走"弹动步"。退步踏地时较有力;退左脚时左肩向后摆,退右脚时右肩向后摆。

8. 退三步跺

做法 每拍一步,起右脚走"弹动退步"后退三步,第四拍时左脚至右脚旁跺地。

9. 踢腿划弧

第一~三拍 双腿"正步半蹲",身稍前俯,起双脚每拍向前跳一步,第三步双脚落地时重心移至左脚,右脚顺势稍向前踢出,上身随之左倾。

第四拍 右脚向右起划一弧形落至身后,双膝顺势伸直,重心稍后移,身稍右倾。

10. 吸腿跺地

第一拍 右腿向前吸起,左腿半蹲,上身微仰(见图五)。

第二拍 右脚至左脚旁踏地,双膝顺势伸直,身稍前俯。

11. 敲铓跺步

准备 左手提铓锣靠于腰前,铓面朝前,左手持槌,站"正步"(见图六)。



图五



图六

第一~二拍 起左脚向左前迈一步,双膝顺势屈伸一次,左手按乐谱敲铓。

第三~四拍 右脚至左脚旁跺地,双膝顺势屈伸一次,左手按乐谱敲铓。

12. 敲铓连跺步

第一~二拍 起右脚向右前上一步,身稍前俯,左手按乐谱敲铓。

第三 $\sim$ 四拍 右腿半蹲,左脚至右脚旁连跺地三下  $(\underline{x} \underline{x} \underline{x})$ ,左手按乐谱敲铓。 **组合动作** 

1. 跳三下组合

做法 做"三步跺"接"三步踢"再接做"跑三步踢",然后起左脚做"弹动退步"四步。

2. 送膝舞组合

做法 依次做"三步跺"、"退三步跺"、"踢腿划弧"、"吸腿跺地"、"吸腿跺地"的对称动作,然后做左"一步踢"右转四分之一圈,再做右"一步踢"左转四分之一圈。

3. 举拳靠步组合(西盟)

第一~二拍 双腿"正步半蹲",身稍前俯;第二拍的后半拍双膝直起。 第三~四拍 右脚原位跺地两下。提右脚时双腿半蹲,跺地时双膝直起;双臂下垂自然地随之前后摆动。

第五拍 右脚向右横迈一步微屈膝为重心,双手握拳向前甩起至耳旁 成拳心相对,上身稍仰,挺胸抬头,目视前方(见图七)。

第六拍 右膝直起的同时左脚靠上右脚,以左前脚掌点地,双手经前垂下顺势后甩,上身随之稍前俯。

第七~十八拍 做第三至六拍的动作三遍。



图七

### (四)跳 法 说 明

#### 跳一下

男女舞者围成里外两圈或一个大圈,左肩对圆心。男舞者双手下垂;女舞者右手在前彼此牵手,若相邻者是男性,则双手亦下垂。一吹笙者反复吹奏[跳一下]舞曲带领众人起舞。全体反复做"一步跺"接"一步踢",双臂随步伐自然地前后悠摆,舞至尽兴方休。 跳三下

队形同"跳一下"。敲木鼓、铜鼓和大小铓锣者在圈外伴奏,吹芦笙者反复吹奏[跳三下]舞曲带领众人起舞。全体舞者反复做"跳三下组合"逆时针方向移动,舞至尽兴方休。 送膝舞

队形基本同"跳一下",只是全体舞者面对圆心。除吹笙者反复吹奏《送膝舞曲》,另有

一男舞者领唱,众舞者边舞边和。全体舞者反复做"送膝舞组合",直至尽兴。

#### 铓锣舞

女舞者四人,每人持一面小铓锣。四人逆时针方向围成一圈,反复走"之"形路线行进,向左前走时做"敲铓跺步";向右前走时做"敲铓连跺步"。单数按[铓锣点]中"小铓 I"的节奏敲击,双数按[铓锣点]中"小铓 I"的节奏敲击。反复跳,直至尽兴。

提示:以上"跳一下"、"跳三下"、"送膝舞"、"铓锣舞"流传于沧源。

#### (西盟)跳木鼓房

队形同"跳一下",全体舞者面对圆心,相互牵手。无伴奏,边反复唱《跳木鼓房》边反复做"举拳靠步组合",直至尽兴。

编

传 授 李赛寨、陈依块、陈块可、岩 给、岩 张、岩 扫、岩 满、娜 嘎、娜 领、岩 门、岩 养、岩 勒、岩 伞、岩 块、岩 可、娜 红、岩 聪(以上均为佤族)

写 王世雄(彝族)、鲍志明(佤族) 高立旗(白族)、杨赛亮

绘 图 刘永根、钟成学(彝族)

资料提供 尼 早(佤族)、孔玉玲(拉祜族) 郑云志、杨 琴、李学宏(佤族)、 保永红(佤族)

执行编辑 陈 净、周 元

### 敲 木 鼓 舞

### (一) 概 述

"敲木鼓"佤语称"歹克罗"。当工匠把木鼓制作好并试敲满意后,就把它抬入木鼓房上架敲打。全寨乃至全部落的群众,闻声后盛装蜂拥而来庆贺。

舞者为男性,每个木鼓二至四人合敵,他们右手执鼓槌(木杵)春打,左手握竹片横敲加花伴奏,发出四种高低不同的音调,奏出佤山独具风格的旋律。

击鼓者的基本动作为:双脚距与肩同宽,半蹲俯身,配合手的敲击,胯向左右大幅度的摆动,时而抬起一脚伸缩三次,时而双脚蹦跳。表演到高潮时,动作幅度更加增大,围着木鼓狂舞,鼓点也更加激烈。舞蹈动作粗犷,质朴而富有韧性,热烈而奔放。

木鼓房周围,男女老幼拉手成大圆圈,合着鼓声边唱边跳。

最精彩的场面是鼓手相互邀约,村寨之间进行击鼓比赛,哪组人敲得最动听、最热烈,舞蹈最优美、最整齐,大家就边喝彩边把他们团团围在中间,姑娘们端着水酒向他们表示祝贺,表达敬佩之心,传递爱慕之情。

# (二) 音 乐

敲木鼓舞由击木鼓者边击木鼓边舞。以下介绍的乐谱中,"x"为右手执鼓槌击鼓,鼓声响为"冬";"x"为左手执竹片击鼓,鼓声响为"唰"。 [木鼓点一]四人击法各异,[木鼓点二]四人击法一致。

## 木鼓点一

传授 岩 扫(佤族) 岩 给(佤族) 记谱 李云昌(白族)

中速稍快

| The part | Th

## 木鼓点二

传授 岩 养 (佤族) 岩 勒 (佤族) 记谱 李云昌 (白族)

中速稍快

1. 木鼓的击法 面向木鼓站立。左手执竹片(见图一),右手握鼓槌(见图二),按鼓谱击鼓。

以下双手动作均为击木鼓。

2. 马步击鼓

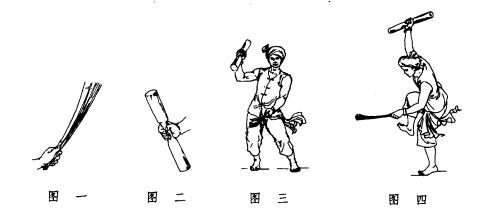
做法 双腿"大八字步半**蹲**",随着双手击木鼓的动作,膀大幅度地左右摆动;左手击 鼓时出右胯(见图三),右手击鼓出左胯。

3. 抬腿击鼓

第一拍 左脚向左迈步,同时右腿勾脚屈膝弯抬,上身左倾(见图四)。

第二~四拍 右脚向右伸缩三次,带动左腿屈伸三次(右脚伸左腿屈,右脚缩左腿伸)。

第五~八拍 做第一至四的对称动作。



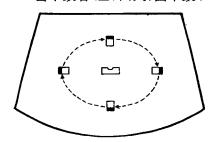
#### 4. 跳步击鼓

第一拍 双腿"大八字步半蹲",起双脚向右横跳一步。

第二拍 双脚原位小跳一下。

## (四) 跳 法 说 明

击木鼓者(□)四人,围木鼓(□)站立。



[木鼓点一]第一遍 做八拍"马步击鼓",接做"抬腿击鼓"。

#### 第二遍

〔1〕不奏

〔2〕~〔8〕无限反复 做六拍"马步击鼓"接做"抬腿击鼓"。反复做,尽兴为止。

[敲木鼓二]无限反复 反复做"跳步击鼓",围木鼓逆时针方向转圈。尽兴为止。

传 授 岩 扫、岩 给、 岩 养、岩 勒等(均为佤族)

编 写 王世雄(彝族)、鲍志明(佤族)

高立族(白族)、杨赛亮

绘 图 刘永根

资料提供 钟成学(彝族)

执行编辑 陈 净、周 元

# 砍 头 刀 舞

## (一) 概 述

过去,佤族的木鼓祭祀活动往往是与砍头活动联系在一起的。每当猎头有获,须速归(怕复仇),接近寨子时,即鸣枪报喜,寨中人闻声敲响木鼓、象脚鼓和铓锣,盛装出寨迎接。首先由魔巴双手捧着盛满水酒的竹简念念有词,祈求砍来的人头保佑谷物丰收,村寨平安。接着,"砍头英雄"(猎头者)跳起《砍头刀舞》,以显示自己英勇善战和长刀的好运气。

新中国成立后,砍头的习俗已经取消了,此舞也不跳了。"砍头刀舞"有单刀舞和双刀舞,动作主要是挥动长刀做砍劈、防身、刺杀等。该舞无乐器伴奏,由舞刀者边舞边唱。

# (二) 音 乐

## 单刀舞曲(沧源)

传授 陈块可(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

## 双 刀 舞 曲 (西盟)

传授 岩 可(佤族) 记谱 李云昌(白族) 配歌 高立雄(白族)

1 = C 慢速

# (三)道 具

长刀 铁制,长60至70厘米(见"统一图")。

# (四) 动作及跳法说明

## 单刀舞的动作(沧源)

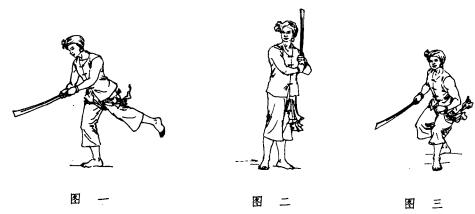
1. 进退砍刀

第一~二拍 右脚向前一步,同时左腿后抬,双手同握一把长刀向前方砍下,上身随 1144 之前俯(见图一)。

第三~四拍 右脚向后落地,右脚经擦地收至左脚旁,双手将刀收回立于左肩前,目视对方(见图二)。

#### 2. 丁字跳步

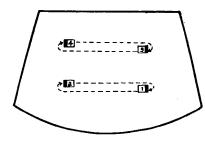
第一~四拍 站左"丁字步",两脚分开一脚距,半蹲,右手握刀于身旁,左手握拳于腰前,一拍一步两脚同时向前跳四步(见图三)。



第五拍 双手原位,双脚起向右跳转半圈。

#### 单刀舞的跳法

舞刀者(□~回) 男,四人,每人双手握一把长刀。



### 《单刀舞歌》

[1]~[2] 1与2号,3与4号,二人为一组,面相对站立,全体边唱边跳,单数做"进退砍刀",双数做对称动作。

[3]~[4] 反复[1]至[2]动作。

〔5〕~〔7〕 全体做"丁字跳步",按图示路线各组

### 二人换位。

然后按上述跳法反复进行,尽兴为止。

## 双刀舞的动作(西盟)

#### 舞双刀

第一拍 双腿"大八字步半蹲",重心移至左脚,右脚跟踮起,左手握 刀将刀刃架于左大腿上,右手握刀立于身右前成刀刃向前(见图四)。

第二拍 双腿保持半蹲,以右腿为轴,左脚向前跨一步,前脚掌踩



图四

地,向右转半圈,同时右手将刀背于身后,左手挥刀由上砍下,目视左手(见图五)。

第三拍 右腿屈膝前抬,右手挥刀上举,左手下垂(见图六),顺势向左转半圈。

第四拍 右脚重踏地成"大八字步半蹲",左手于"提襟"位,右手将刀向前砍下(见图七)。



第五~六拍 做第三至四拍对称动作。

#### 双刀舞的跳法

一名男舞者双手各握一把长刀。边反复唱《双刀舞歌》边反复做"舞双刀",逆时针方向绕圈行进。

可反复唱跳,尽兴为止。

传 授 岩 门(佤族)、岩 可(佤族)

编 写 王世雄(彝族)、鲍志明(佤族)

高立旗(白族)

绘 图 刘永根

资料提供 钟成学(彝族)

执行编辑 陈 净、周 元

# 供头舞、送头舞

# (一) 概 述

过去,凡猎到人头或打到虎、豹、熊等大动物时,都要用其首来祭木鼓,并供在木鼓房里。供头仪式隆重,人们围着木鼓房或在木鼓房旁边的场地上又唱又跳,敬祈供品使谷物长得好,让人们有吃有穿。

人头或兽头供在木鼓房一段时间后,就要把它送往寨外的鬼树林中。鬼树林中有专放人头的"人头桩"。送头前,全村人又聚集到木鼓房旁跳《送头舞》三天,最后一天下午才把人头送出。

《供头舞》与《送头舞》动作基本相同,边唱边跳,无乐器伴奏,二者均有特定的时间,场合、地点限制。舞者人数不限,男女老幼均可参加。跳《送头舞》时,男性戴黑包头,女性头箍上插一支红毛树枝叶,有较浓厚的祭祀性质。

# (二) 音 乐

## 供 头 歌

传授 娜 嘎(佤族) 记谱 李云昌(白族) 配歌 高立旗(白族)

1 = C 慢速 诉说地

$$\frac{2}{4}$$
  $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{1$ 

## 送 头 歌

传授 大岩布来(佤族) 记谱 李云昌(白族) 配歌 高立旗(白族)

1 = C 慢速 悲哀地

① 战利品:指被猎回的人头。

## (三) 动作及跳法说明

供头舞和送头舞跳法相同,男女均可参加,众人围圆圈相互"扣手",且唱且舞。跳供头舞时唱《供头歌》,跳送头舞时唱《送头歌》。动作如下:

〔1〕 双腿"正步半蹲",右脚一拍跺地一下,共跺两下,上身保持前俯顺势略前后悠晃,右脚离地时身稍起(见图一),跺地时身前俯,双臂顺势前后悠摆。



图一

〔2〕~第一段唱词结束 双腿保持屈膝,身前俯,起左脚走"弹动步"(参见"跳木鼓房")向右横移着逆时针方向走圈,上身动律及双臂的悠摆同〔1〕,左脚每步迈至右脚右前(见图二)。



图二

第一遍唱完后,右脚在左脚旁跺地三下( $\times \times$  ),第一拍时手不动,第二拍双手前后悠摆一次。然后再接唱第二段词,反复做上述动作。

## (四) 艺人简介

李赛素 男,佤族,1915年生,临沧地区沧源佤族自治县岩帅镇建设村人。八岁学吹芦笙。曾四次参加佤族拉木鼓、猎头祭祀活动,并能演奏佤族民间乐器独弦琴、小三弦、口弦等。木鼓舞、祭祀舞主要由他传授。

新中国成立后,李赛寨曾参加沧源县庆文艺调演,吹奏佤族芦笙舞曲,获得好评。他传授的"铓锣舞"经县文工队加工整理,曾到北京演出并获奖励,1988年在西盟县拍了电视。

传 授 岩 张、岩 扫、

岩 满、娜 戛、

娜 领等(均为佤族)

编 写 高立旗(白族)

王世雄(彝族)

绘 图 刘永根

资料提供 钟成学(彝族)

执行编辑 陈 净、周 元

# 芦 笙 舞

## (一) 概 述

"芦笙舞"因以芦笙领舞、伴奏而得名。佤语称"高格买比",是佤族逢年过节时跳的自娱性舞蹈。除夕或节日夜晚,场院里烧起火堆,立一株松树,树下置桌。吹笙领舞者(男子)从主办芦笙舞人家竹楼上的火塘边开始跳,一长者端着托盘(上置芭蕉、甘蔗、糯米粑粑、水酒等食物)与吹笙领舞者同舞。舞完三圈后,一齐走下竹楼到场院里,将食物置于桌上,于是全村男女老幼围火而舞。有时在办喜事的人家跳,也有用蜡烛代替火堆的。芦笙舞还有"过年舞"、"圆圈舞"之称,在沧源部分地区还称"蜡烛舞",意为点着蜡烛跳的舞。

关于芦笙的来源,有这样一个故事:很早以前,地松鼠长得很好看,大眼睛,长绒毛,十分聪明。它经常把草根咬成一些长短不一的管子,吹出高低不同的乐音,这便是芦笙的雏形。一天,生来不会唱歌的阳雀从地松鼠身旁飞过,听到地松鼠在吹草管,觉得十分动听,便对地松鼠说:"松鼠哥哥,我不会跳也不会唱,你能把你的芦笙借给我吹吹,让我高兴高兴吗?"地松鼠怕阳雀不还,不肯借。阳雀说:"我就吹一下嘛,如果你不放心,就抓住我的尾巴,我就跳不掉了。"地松鼠看到阳雀苦苦相求,便答应了,而且抓住了阳雀的尾巴,不让它拿了芦笙跑掉。阳雀吹了一会儿芦笙,舍不得还,趁地松鼠不备,用力一挣带着芦笙飞走了。但尾巴却被地松鼠拽断,所以现在的阳雀没有尾巴,然而从此它有了一个动听的芦笙,整天在天上吹来吹去。地松鼠呢,失去了心爱之物,整天哭叫:"还我芦笙,还我芦笙!"时间一长,眼睛也哭小了。后来有一个孤儿,爹妈死时,他十分忧郁痛苦。一天,听到阳雀的叫声,便模仿着用竹子做成了芦笙,以此来消愁。当时佤族盛行砍头祭谷,生活困苦,孤儿便用芦笙吹奏各种曲调以消除人们的痛苦,由此产生芦笙的玩调、谈情调、孤儿调,也产生了

许许多多用芦笙伴奏的舞蹈形式。

在沧源地区,则又流传着"达赛玛"的故事:达赛玛是个孤儿,他看到猎头祭谷给人间危害太大,便四处游说传舞传教。他用以宣传猎头祭谷害处的舞叫"孤儿舞"。人们跟着达赛玛学舞,并在此基础上加工创作,产生了许许多多模仿鸟兽动作、模拟生产生活动作的舞蹈,逢年过节人们均以此为乐。达赛玛(意为赛玛大爹),确有其人,沧源县有他的坟墓。随着时代的前进,这些舞蹈从单独的自娱功能变为融自娱、社交、庆贺、教育、祈祷丰收等多种功能的舞蹈。伴奏乐器也从芦笙、竹笛发展到笙、笛、独弦琴,毕颂、喯等多种乐器伴奏。舞蹈形式也分成男女老幼皆跳的集体舞,只限青年男女才跳的青年舞,或是老人舞、儿童舞等。为方便起见,我们把男女老幼皆跳的、用芦笙伴奏的舞蹈称芦笙舞,用多种乐器伴奏的舞叫"打歌",只有青年男女跳的舞叫"找朋友"(即谈情说爱舞)。

沧源收集到的芦笙舞有五十多种套路,双江收集到十多种套路,这些舞大致分如下几种类型:

- 1. 模仿鸟兽动作的舞,诸如:"摆头虫舞"、"龙摆舞"、"斑鸠舞"、"乌鸦舞"、"狗脚舞"、 "白鹇舞"、"鸡盘食"、"麂子跳"、"田鼠舞"、"鹭鸶舞"、"燕子舞"、"布谷鸟舞"、"马鹿舞"、 "野猫跳"、"孔雀舞"、"喜鹊舞"、"小米雀舞"、"蟋蟀舞"等。这些舞多模拟鸟兽的飞、跑、跳、转、摆等动作,飞则轻盈、跑则欢快、跳则粗犷、转则灵活。头、身、臀随势摆摇,加上舞蹈音乐的拟声,更是声似、形似、神似,形神俱到,给人一种欢娱可笑,滑稽愉悦之美感。
- 2. 模拟劳动生产的舞蹈。诸如"种包谷"、"挖地舞"、"施肥舞"、"铲地比赛"、"春墙舞"、 "踩谷舞"、"春小米"、"烤火舞"、"凑火舞"、"骑马舞"、"犁地舞"、"薅棉花"、"转饭锅"等。这 些舞蹈将劳动生产动作形象化,既有娱乐功能,又有传授劳动生产知识功能。
- 3. 有特定动作的自娱性舞蹈。诸如:"绕三圈"、"对跳"、"穿翻歌"、"往后跳"、"连接跳"、"右跺脚"、"进退跳"、"绕膝舞"、"扭脚舞"、"勾脚舞"、"出门跳"、"刹车舞"、"扫地歌"、"两脚歌"、"踢脚歌"、"编脚歌"、"蹩脚歌"、"磕膝盖"、"蒿子摆"等。这些舞以一个或几个特定动作配以平常的走、转、跳、跺等舞步、在手势、队形上稍加变化,形成各个不同组合的特点。

芦笙舞的跳法千变万化,但都以火为中心。其跳法又以模拟鸟兽动作的舞蹈更为生动有趣。芦笙舞的动律在于眼随身到,身随步摆,步随音动;节奏性比较强,各种变化均在步法的变化上,身、手、头、眼均随势为之;勾脚、踢腿、跺、蹦、跳、跨都十分灵活。除吹笙的领舞者外,手的动作因时而异、因人而异,因舞而异。有扣手而舞的,有拉手而舞的,有甩手而舞的,有抱手而舞的,也有背手而舞的,随意性比较大。一般情况下,男舞者动作幅度大,显出粗犷豪放;女舞者动作幅度小,显得悠闲自如。基本动律为左走右跺,抬腿踮脚,起步屈膝,有张有弛。舞步一般先起左脚,步伐左轻右重,一步一弹动。组合对称性较强,一般都是左做一次,右做一次;前做一次,后做一次。舞者也往往是男女成对。唱与舞的配合也十

分和谐,即兴创作的唱词配以节奏分明的笙声,使热闹非凡的舞场闹而不乱。时有助兴的 "习嘿哈!习嘿哈!"等吼声与和声,更会激发舞者的情绪,使之越跳越有劲,越跳越热烈。

## (二) 音乐、动作及跳法

## 白 鹇 舞

音 乐

传授 白俄块 (佤族) 记谱 鲍志明 (佤族)

1 = E 慢速 明快地

 $\frac{2}{4} \quad \underline{i} \quad \underline{i} \quad \underline{56} \quad | \quad \underline{i} \quad \underline{i} \quad | \quad \underline{i} \quad \underline{56} \quad | \quad \underline{56} \quad | \quad \underline{i} \quad \underline{i} \quad | \quad \underline{i} \quad \underline{56} \quad | \quad \underline{532} \quad \underline{11} \quad | \quad \underline{156} \quad | \quad \underline{56} \quad | \quad \underline{532} \quad \underline{11} \quad | \quad \underline{156} \quad | \quad \underline{532} \quad$ 

## 动作

准备 双手"捧笙"(见"统一图"),自然站立。

第一~二拍 双膝屈,身稍俯,起左脚走"弹动步"向前走两步。

提示:舞者双手始终"捧笙"吹奏,下同。

第三拍 左脚向前一步,头向左拧,目视左前方(见图一)。

第四拍 头向左拧,目视右前方(模拟白鹇左右觅食)。

第五~六拍 原地上身向左拧,目视左后方(见图二)





1154

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

第九~十拍 双膝屈,起左脚走"弹动退步"退两步,头向左右各拧一次。

第十一~十二拍 双腿原位,头向左右各拧一次。

第十三~十四拍 腿动作同第一至二拍,头随之左、右拧动。

第十五拍 左脚向前上一步,头及上身向前伸,目视前方。

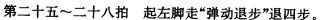
第十六拍 双脚原位,身向左拧,目视左后方。

第十七~十八拍 做右"刨步"两次,同时以左脚为轴向左碾转半圈,身前俯,目视右脚尖(做白鹇觅食状)。

第十九拍 右脚向左前方跳一步,同时左腿前吸。

第二十拍 左脚跺地后向左屈膝掀胯旁抬(见图三)。

第二十一~二十四拍 做左"刨步"两次,同时以右脚为轴向右碾 转半圈。



第二十九拍 左脚向左跳一步,同时右腿前吸。

第三十拍 做第二十九拍的对称动作。

第三十一拍 左脚向前跳一步,同时右腿后抬,身前俯。

第三十二拍 左脚向前跳一步,双脚落地成半蹲,身前俯。

提示:"弹动步"及"弹动退步"做法见"木鼓舞"。

### 跳法

该舞由一人表演。舞者手捧葫芦笙,边吹奏白鹇舞曲边跳,反复次数不限。众人在一旁围观,有的跟着学跳,有的合着节拍呼喊"习嘿哈!哎!习嘿哈!"助兴。

## 龙摆舞

#### 音 乐



图三

### 动作

- 1. 一步跺、一步踢、三步踢 做法见《木鼓舞》。
- 2. 弹动步转身
- 第一拍 迈左脚走"弹动步"。
- 第二拍 右脚上一步同时左转四分之一圈,左腿后抬。
- 第三~四拍 退左脚做右"一步踢"。
- 3. 抬腿绷勾

做法 动力腿屈膝前抬,第一拍绷脚,第二拍勾脚,可反复若干次。

- 4. 摆小腿(以右腿为例)
- 准备 右腿前吸
- 第一拍 右小退左摆,顺势出左膀,身右倾(见图四)。
- 第二拍 右小退向右摆,出右胯、身左倾。
- 5. 龙摆舞组合
- 第一~四拍 起左脚做"三步踢"。
- 第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。
- 第九~十二拍 做"弹动步转身"。
- 第十三~十四拍 起左脚,向前走"弹动步"两步。
- 第十五~十六拍 右脚向前一步,顺势踮一下脚跟,同时左腿屈膝前抬。



图 四

第十七~二十四拍 左腿做"抬腿绷勾"四拍,接"摆小腿"两拍、"抬腿绷勾"两拍。

第二十五~二十六拍 左腿绷脚,右腿屈伸一次。

第二十七~二十八拍 右腿做"抬腿绷勾"。

第二十九拍 双脚跺地,身右倾。

第三十拍 左脚原地踮脚跟一次,右腿屈膝前抬。

第三十一~三十二拍 做右"抬脚绷勾",左腿随势屈伸。

第三十三~三十四拍 右腿绷脚,左腿屈伸一次。

第三十五~三十六拍 右腿做"摆小腿"。

第三十七~三十九拍 双脚原位跺地三次,同时向左、右摆笙。

第四十拍 右腿屈膝前抬。

第四十一~四十八拍 右腿做"摆小腿"两拍,接"抬腿绷勾"两拍,"摆小腿"四拍。

第四十九拍 右腿向前伸出以脚跟点地,左腿屈膝,身前俯。

第五十~五十二拍 右前脚掌向左、右、左各拍地一次,目视右脚。

第五十三~五十六拍 以右脚跟为轴,右前脚掌两拍一次向右、左各拍地一次,顺势向右、左摆笙(见图五)。

第五十七~六十拍 做第三十七至四十拍的对称动作。

第六十一~六十四拍 左腿做"抬腿绷勾"。

第六十五~六十八拍 同第四十九至五十二拍。

第六十九拍 双脚跺地成"大八字步半蹲",身稍向左倾。

第七十拍 左腿屈膝前抬,同时踮一次右脚跟。

第七十一~七十二拍 做第六十九至七十拍的对称动作。

第七十三~七十六拍 做"弹动步转身"的对称动作。

第七十七~七十八拍 做右"一步跺"。

第七十九~八十拍 做左"一步踢"。

## 跳法

男女舞者若干人围成圆圈,左肩对圆心。捧笙者二至五人在队列中轮流吹奏龙摆舞曲,其他人相互"扣手",全体反复做"龙摆舞组合"逆时针方向行进。



图五

音 乐

传授 杨老七(佤族) 记谱 杨国进(佤族)

1 = A 中速

5 5 <u>5 6 5 6</u> 5 5 5 <u>5 6 5 6 2</u>

#### 动作

1. 拖步

做法 左脚向左前踏一步,屈膝,右脚尖随即擦地拖至左脚旁,身稍左倾。一拍或两拍 完成。接做对称动作。

2. 乌鸦舞组合

第一~四拍 起左脚做"拖步"四步。

第五~八拍 做"弹动步转身"。

第九拍 左脚向左跳一步,同时右腿前吸。

第十拍 做第九拍的对称动作。

第十一拍 左脚向前跳一步,右腿屈膝后抬。

第十二拍 左脚向前跳一步,双脚同时落地成"小八字步半蹲",身前俯。

第十三~十六拍 双脚向后退跳四步。

第十七拍 左脚向左跳一步顺势向右转四分之一圈,右腿前吸。

第十八拍 左脚向右前方跳一步,右脚顺势跟上,双脚同时落地成"小八字步"。

第十九~二十拍 左脚向左前方跳一步,右腿屈膝向左前抬起,左脚再原位小跳一次。

## 跳法

男女舞者若干人围成圆圈,左肩对圆心起舞。捧笙者在队列中边吹奏舞曲边舞,其他人双臂下垂随舞步自然前后悠摆。

音 乐

传授 陈茸嘎(佤族)记谱 李岳(蒙古族)

1 = \*F 中速稍慢

1 5 1 2 2 5 5

### 动作

第一拍 左脚向前上一步,同时右腿屈膝前抬。

第二拍 左脚跟原位踮一次。

第三拍 右脚收至左脚旁跺地,双膝屈,身前俯。

第四拍 身直起。

第五~七拍 右脚原位跺三下,上身前俯顺势前后悠晃三次(先向后悠)。

第八拍 身直起。

第九~十六拍 同第一至八拍。

第十七~二十拍 同第一至四拍。

第二十一拍 右脚向前上一步。

第二十二~二十三拍 左脚擦地向前经左划弧成左"掖腿"(见图六)。

第二十四~二十五拍 右腿屈伸两次。

第二十六~二十八拍 左脚拍击右小腿肚三次,同时右腿屈伸三次。

第二十九~三十六拍 做第二十一至二十八拍的对称动作。

第三十七~三十八拍 右脚向前上一步,随即踮脚跟一下,同时左脚前踢 45 度。



图六

第三十九拍 左脚向前上一步,右腿前踢 45 度。

第四十拍 右腿收至"端腿"位,左腿顺势蹲下(见图七)。

第四十一~四十二拍 做第三十九至四十拍的对称动作。

第四十三~四十四拍 做右"一步踢"。

#### 跳 法

同《白鹇舞》。



图七

斑 鸠 舞

音 乐

传授 李赛寨(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

1=G 慢速 粗犷有力

#### 动作

#### 1. 转身吸腿

第一拍 左脚向前上一步,右腿屈膝后抬,上身稍俯。

第二拍 右脚落下贴近地面从后经右向前划弧,身左倾,顺势向左转四分之一圈,右脚落于左脚前,左脚离地(见图八)。

第三拍 左脚向后退一步,右脚经擦地靠至左脚旁,双膝伸,身前俯。 第四拍 身直起。

2. 斑鸠舞组合

第一~八拍 起左脚向前走"弹动步"。





图八

第九~十一拍 做"转身吸腿"的第一至三拍动作。

第十二拍 双脚"小八字步"位向前跳一步。

第十三~十四拍 起双脚向左、右各跳一步, 顺势向左、右摆笙。

第十五拍 双脚"大八字步"位向前跳一步,身稍俯。

第十六拍 起双脚向后退跳一步,身稍俯。

第十七~二十拍 同第十三至十六拍。

第二十一拍 同第十五拍。

第二十二~二十三拍 同第十三至十四拍。

第二十四拍 双脚"大八字步"位向前跳一步,落地深蹲。

第二十五至二十六拍 双膝略伸,头向左、右各拧一次,视线随之 移动,身顺势摆动。

第二十七~二十八拍 双膝伸直,抬头,目视前方,身稍俯。

第二十九~三十二拍 同第二十五至二十八拍。

第三十三~三十六拍 臀部向左、右各顶出一次(模拟斑鸠摆尾),眼睛随之看向左前(见图九),再看向右前。

第三十七~四十四拍 反复做两次第三十三至三十六拍动作。

第四十五~四十八拍 起左脚走"弹动退步"退四步。

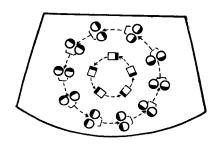
第四十九~五十二拍 起左脚做"三步跺"。

第五十三~五十六拍 向右转四分之一圈,起左脚走"弹动退步"退四步。





跳法



舞者若干人,男舞者(□)站里圈,双臂下垂;领舞者捧笙在队列中边吹边舞;女舞者(□)站外圈,两人一组背手相握(见图十)。全体逆时针方向反复做"斑鸠舞组合"行进。

音 乐

传授 肖嘎杰 (佤族) 记谱 鲍志明 (佤族)

1 = A 慢速 欢快地

 $\frac{2}{4}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{5}{3}$   $\frac{3}{1}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{3}{3}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{3}{1}$   $\frac{1}{0}$   $\frac{1}{3}$   $\frac{1}{3}$ 

5 3 1 0 | 5 0 5 0 | 5 0 3 0 | 3 0 | 3 0 | 3 0 |

### 男舞者的动作

准备 双手"捧笙",自然站立。

第一~五拍 起右脚走"拖步"五步。

第六~九拍 做"转身吸腿"。

第十拍 左脚向前跳一步,右腿屈膝后抬,身前俯。

第十一拍 右脚向后退跳一步,左腿前收,身直起。

第十二拍 同第十拍。

第十三拍 左脚向前跳一步,双脚落地成"小八字步半蹲",身前俯。

第十四~十五拍 双脚向左跳两下,身左倾,目视右前。

第十六~十七拍 做第十四至十五拍的对称动作。

第十八拍 双脚向前跳一下,同时向上挑一下笙。

第十九拍 双脚向后退跳一下,身前俯。

第二十~二十一拍 双脚向左、右各跳一下,顺势向左、右摆笙,视线随笙向左、右看。

## 女舞者的动作

第一~五拍 起右脚走"拖走"五步。

第六~九拍 起左脚做"弹动步转身"。

第十~十二拍 左脚于右脚旁跺地三次,双膝随之屈伸。

第十三拍 双脚"正步"位向前跳一下。

第十四~十五拍 向后退跳两下。

第十六~十九拍 向左、右各跳一下,再反复一次。

第二十~二十一拍 起右脚做左"一步踢"。

## 跳法

同《乌鸦舞》。第一遍音乐均从左肩对圆心开始起舞。

音 乐

传授 李岩勤 (佤族) 记谱 鲍志明 (佤族)

## 1 3 1 3 3 1 0

#### 男舞者的动作

准备 双手"捧笙",自然站立。

第一~四拍 起左脚走"拖步"四步。

第五~八拍 做"转身吸腿"。

第九~十拍 双脚"小八字步"位原地跳一下,身左倾。

第十一~十三拍 保持姿态原地跳三下。

第十四拍 静止。

第十五~十六拍 起双脚向右跳两下,身右倾。

第十七拍 起双脚向右跳一下,落右脚的同时左腿屈膝旁抬(见图十一)。

第十八拍 左脚收回右脚旁,身直起。

第十九拍 左脚向左前迈一步,顺势右转四分之一圈,右腿屈膝 后抬,身前俯。

第二十拍 右脚落于左脚后,左腿前抬,身直起。

第二十一拍 左腿经前吸小腿向前擦出后脚落地,右腿后抬,身前俯。

第二十二拍 左脚向前跳一步,双脚落地半蹲。

第二十三~二十四拍 同第二十一至二十二拍。

第二十五拍 双脚向前跳出,左脚落地,右脚前踢。

第二十六拍 右脚擦地收至左脚旁,身微俯。



图十一

第二十七~三十四拍 起左脚,走"拖步"四步。

#### 女舞者的动作

第一~八拍 起左脚走"拖步"四步。

第九~十八拍 双脚"正步"位,每两拍跳一下,向前跳两下,向后跳一下,再向前跳两下。

第十九拍 左脚向前上一步,右腿屈膝后抬,身微俯。

第二十拍 右脚落于左脚后,左腿前抬。

第二十一~二十四拍 做右、左"一步踢"各一次。

第二十五拍 双脚跺地,右脚顺势前踢。

第二十六拍 右脚擦地收至"大八字步"位。

第二十七~二十九拍 双脚同时向左、右各跺地一次。

第三十拍 静止。

第三十一~三十二拍 双脚"正步"位向左、右各跳一下。

第三十三~三十四拍 同第二十五至二十六拍。

跳 法(同《斑鸠舞》)

### 扭 脚 舞

#### 音 乐

1 = A 中速稍慢

传授 鲍尼门 (佤族) 记谱 鲍志明 (佤族)

#### 动作

第一~四拍 起左脚,走"拖步"四步。

第五~七拍 做"转身吸腿"的前三拍动作。

第八拍 右脚勾脚向前伸出以脚跟着地,左腿屈膝。

第九拍 右脚尖向左摆成全脚落地(见图十二)。

第十拍 右脚尖勾回原位。

第十一~十二拍 反复第九至十拍动作。



图 十二

第十三~十五拍 右脚尖向右、左、右各摆落一次。

第十六拍 收右脚成"小八字步"位,顺势起双脚向左跳转四分之一圈。

第十七拍 左脚向左跳一步右转四分之一圈,右脚向左前经擦地前踢,双手顺势向右 摆笙。

第十八拍 右脚向右跳一步,同时左脚经擦地前踢,向左摆笙。

第十九拍 左脚向右上一步右转四分之一圈,右腿屈膝后抬。

第二十拍 左脚向前跳一步,双脚同时落地成"正步半蹲"。

第二十一~二十四拍 起左脚,走"拖步"四步。

第二十五~二十六拍 左脚向左跳一步,右腿屈膝向左前抬起,左脚原位再跳一下。

第二十七~二十八拍 落右脚做左"一步踢"。

#### 跳法

同《乌鸦舞》。跳至高兴时,即兴合着节奏呼喊,气氛热烈。

## 绕膝舞

#### 音 乐

1 = B 慢速 豪放有力

传授 肖嘎杰 (佤族) 记谱 鲍志明 (佤族)

 $\frac{3}{4}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{1}{3}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{3}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{3}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{6}$ 

3-3 563 53 10 31 33 53 10 13 31

5 3 1 0 3 3 1 3 5 3 1 0 5 6 3 3 3 5 3 1 0

#### 动作

第一~三拍 起右脚走"拖步"三步。

'第四~五拍 做右"一步踢"。

第六~九拍 起左脚走"拖步"四步。

第十~十三拍 起左脚做"弹动步转身"。

第十四~十五拍 右脚向右迈一步,左腿前吸,左脚顺势向左划 圈于左旁蹬直落地,同时右脚跟原地踮一下后屈膝,身稍右倾左拧,目 视左下方(见图十三)。



图 十三

第十六~十七拍 做第十四至十五拍的对称动作。

第十八~十九拍 右脚向右跳一步,左腿屈膝向右前抬起,左脚再踮一下脚跟。

第二十~二十一拍 做第十八至十九拍的对称动作。

第二十二~二十三拍 右脚向右跳一步,左腿前吸,右脚原位再跳一下。

第二十四~二十五拍 做第二十二至二十三拍的对称动作。

第二十六~二十七拍 做左"一步踢"。

第二十八~二十九拍 同第二十至二十一拍。

### 跳法

同《乌鸦舞》。每一遍音乐均从左肩对圆心开始起舞。

## 转 饭 锅

音 乐

1 = D 中速稍慢

传授 王罗砍 (佤族) 记谱 鲍志明 (佤族)

动作

第一拍 左脚向前上一步。

第二拍 右脚靠于左脚旁跺地。

第三拍 右脚向后退跳一步。

第四拍 双脚"正步"位向后退跳一步。

第五~八拍 同第一至四拍。

第九~十二拍 起右脚向前做"三步跺"。

第十三~十六拍 起右脚同时向右转半圈做"三步跺"。

第十七~二十拍 起左脚同时向左转半圈做"三步跺"。

第二十一~二十八拍 同第十三至二十拍。

跳 法(同《乌鸦舞》)

## (三) 艺人简介

杨赛勐 男,佤族,1926年生,沧源县班老乡永弄村人。他自幼爱武术,能歌善舞,曾参加阿佤山"班洪抗英"斗争,被称为阿佤抗英英雄。擅长芦笙舞、蜂桶鼓舞,并热心传授技艺,鼓励年轻人继承民族传统艺术。1980年在上级领导的支持下,举办了为期 18 天的佤族"刀术"学习班,深受群众欢迎。1987年 10 月 9 日,他被县政府邀请参加了"班洪抗英纪念碑"落成典礼,演唱了一首佤族民歌"班洪抗英叙事长诗",获得好评,并获奖励;同时还表演了佤族民间舞蹈"扭脚舞"。

**李正明** 男,佤族,1936 年生,沧源县班洪乡南板村人。他会跳芦笙舞 40 多套,是当地主要领舞者,擅长"鸡叫舞"、"斑鸠舞"、"喜鹊舞"等模拟动物舞蹈,形象逼真,并能吹奏拉祜芦笙、佤族口弦等民间乐器,曾多次参加县上调演,是当地有影响的民间艺人。

**白俄块** 男,佤族,1938年生,沧源县南腊乡海牙村人。他自幼聪明伶俐,十岁跟随民间艺人学芦笙舞,掌握数十套,在周围村寨很有影响。他的舞蹈风格别致,特别是模拟动物的舞蹈,动作灵活、神态逼真,并擅长演奏佤族"独弦琴"、"小三弦"等民间乐器,曾多次参加县文艺调演。

李岩板 男,佤族,1949年生,沧源县勐来乡曼来村人。他自幼开始习舞,掌握"绕脚舞"、"转饭锅舞"、"种包谷舞"共六十多套芦笙舞蹈。他所表演的芦笙舞风格别致,特点浓郁,是当地有代表性的民间艺人。

传 授 白俄块、李赛寨、保衣红、鲍志七、陈茸嘎 李岩勒、肖嘎杰、杨者相、王江地、王岩波 鲍尼门、肖天颂、王罗砍、肖三木块(以上均为佤族)

编 写 鲍志明(佤族)、彭成芳、王世雄(彝族)

绘 图 刘永根

资料提供 杨赛亮、李 岳(蒙古族)、杨国进(佤族) 杨兆麟(白族)、李学宏(佤族)、郑云志 杨 琴、陈慈忠、保永红(佤族) 杨丽萍(佤族)、李强胜(佤族)、高寿祥(佤族)

执行编辑 陈 净、周 元

# 打 歌

## (一) 概 述

佤族民间在婚丧嫁娶、重大节日集会或闲暇之时都喜欢"打歌"。打歌是一种适应性较强的舞蹈,它不受地点、场合、人数多少的限制,其特点就是载歌载舞。它以热烈、洒脱的舞步变化,以激昂、欢愉的领唱合唱,以节奏分明的器乐伴奏来表现人们生产、生活中的欢乐之情。阿佤人说:"安哎稿安永地领,安哎给安永地提(不打歌不得笑,不唱调不好玩)。"特别在"惹岛"节(播种节),全寨男女要围着火塘打歌,互相祝福,祈求风调雨顺,五谷丰登。一人领唱,众人附和。唱词大意为:"达赛玛教我们唱歌,教我们跳舞,我们的舞就一直没有间断。阿达(即爷)先耕地,阿奶来播种,我们盼兴旺,我们庆丰收,让阿佤人的儿女像麻雀一样多,让阿佤人的寨子像鹦鹉一样热闹……"

在沧源,普遍流传着"达赛玛"的故事,说是他创造了"孤儿舞",推行以歌舞代替砍头祭祀,阿佤人才逐步兴起打歌。达赛玛自幼失去父亲,母子二人投奔其舅舅,舅舅是一个佤族部落的头人。达赛玛自幼聪明,七八岁时就上山割马草。他生性好动,到山上看到什么就学什么,野猫跳,小兔跑,嵩子摆,树叶摇,学什么像什么。回家来,就帮助做家务,也是学什么会什么。做完活,还要模仿各种劳动动作比比画画。天长日久,鸟兽奔跑、劳动生活,各种动作被他模拟得形态逼真。后来,仙人送给他一支芦笙一支笛,并教他如何吹。达赛玛就用笛子和笙来模拟鸟兽的叫声和人们劳动时发出的响声,由此产生了各种舞蹈音乐。

母亲和舅舅去世后,达赛玛成了孤儿。那时候,佤山砍头祭祀十分盛行,部落械斗时有发生。加上连年灾荒,佤山到处都有孤儿流浪。每逢节日,无家可归的孤儿们聚集在一起,沿村乞讨,十分凄惨。达赛玛见此情景,就吹起笙、笛,领着村人和孤儿们唱唱跳跳,人们不

断呼喊:"哎哈!哎哈!克绕管对哎克绕管对,嗯哎哈哎嗯哎哈(孤儿跳啊孤儿跳,孤儿孤儿 莫悲伤)!"孤儿舞即由此形成。孤儿舞不仅给孤儿带来安慰,也唤起了人们的同情心。达赛玛由此受到启发,并开始用舞蹈形式来宣传砍头祭祀、部落械斗的害处。推行以歌舞代替砍头祭祀的主张。

达赛玛四处游说,编舞教舞。许多部落接受了达赛玛的主张,开始用歌舞形式来代替 砍头祭祀,或是以动物的头颅来代替人头。各个部落由此逐渐人丁兴旺,粮食丰收,竹楼越 盖越好,裙子越穿越漂亮。达赛玛也因此受到佤族人民的爱戴。所到之处,人们呼喊着"赛 玛背劳来(达赛玛了不起)!"唱歌跳舞。各个部落的舞越跳越热闹,歌越唱越动人。

据说达赛玛在晚年时,一只乌鸦为他叼来两个青树果,达赛玛把它种在南腊的南景班中寨以及下海牙,现在这两棵青树依然长得枝叶繁茂。如今佤族村寨都喜欢种青树,为的就是纪念达赛玛。在信奉达赛玛的地区,每户人家都在室内设一个"力苦"位,力苦就是达赛玛的姓,意思是给达赛玛睡的床。每逢节庆,人们还要献上贡品,以祈求五谷丰登。

打歌的伴奏乐器有三弦、笛子、葫芦笙、毕颂、独弦琴、德、咡、戳等,有的地方还用谷杆做成箫吹奏。可以用一种乐器伴奏,也可以用多种乐器伴奏,各地各村寨并不相同,但大多以三弦、笛子、葫芦笙为主。三弦、笛子、口弦和不戴帽的芦笙据传是大理人达董包到佤山传教时带来的。那时佤山还有砍头祭谷之俗。达董包来后说:"你们这样砍人头,迟早要把自己的兄弟姐妹杀光,以后不要再砍了,由我教给你们唱歌跳舞,谷物照样会长得好。"于是达董包就教给人们弹琴吹笙,从此这四种乐器就在佤山流传下来。

这个传说虽不可靠,但它说达董包是大理人,而三弦、笛子、口弦也正是白族人民流行的民间乐器。由此看来,佤族弦、笛的产生与各民族文化交流可能有一定关系。民族迁徙,商贾往来,都可能促成这种文化的交流。佤族群众还说:三弦的三根弦是一家人,内弦是母亲,中弦是父亲,外弦是儿子,这一家人要处得好(即弦要调得合),才能弹得出好声音来。

佤族"毕颂"是一种竹制乐器,类似直箫,这种直箫一般用金竹制成,它和其它竹箫不同之处是只有五个孔,由"1、2、6"三个音组成,它是佤族比较古老的乐器之一。

佤族打歌伴奏者往往就是领舞者,舞者大多成双成对,或围圈而舞,或面对面站成两排,或男女围成内外两圈跳转。舞者或拉手,或扣手,或挽手,变化自如。每跳到兴起,则一人唱众人和,或几人唱众人呼喊,喊声为"嗯哎哈哎嗯哎哈(大家跳呀大家跳)!"或"撒克哎!"呼喊声和着节奏,节奏规范着舞步。歌声、呼喊声、跺脚声,与各种伴奏乐器声混成交响,汇为欢愉、热烈、群情振奋的壮观场面。任何人身临其境,都会禁不住随之而舞。

打歌的动作与芦笙舞一样,以模拟鸟兽动作、模拟劳动生产的为多。无论是走、跑、跳、跺、踢、踏、抬、踮或是转、摆都比较灵活。身的俯仰、手的摆动均随势进行,自然和谐。动作幅度因人、因势、因舞而异。男舞者多为大跨大跳,显示其豪放刚毅,女舞者潇洒灵活较为朴实大方。

由于多年来各民族文化的相互交流,佤族打歌同样也受邻近其它民族的舞蹈影响,不断地吸收兄弟民族的优秀舞蹈,使许多打歌动作带有多民族文化融合的特点。诸如沧源的"直歌"、"穿花"、"阿妹跳"、"倒置歌"、"三摆手"、"喂猪歌"、"跳脚歌"等,与镇康、永德的彝族,德昂族打歌大同小异;凤庆的"翻身歌"、"对脚歌"、"小半翻"、"趟两趟"、"赶街歌"、"作揖歌""焦不死歌""树林荫荫鹧鸪叫"等,更是与当地彝族打歌一模一样。同样,同一种舞蹈,在不同的佤族地区会演变为不同的跳法。诸如"孤儿舞",沧源的跳法与耿马的跳法就不一样,唱段和音乐也不同。即使在沧源,不同的佤族村寨也会跳出不同风格的孤儿舞。所谓一山一种舞,一村一个调,充分体现了打歌舞蹈动作的随意性。

# (二)代表性节目

### 孤儿舞

#### 简介

《孤儿舞》是沧源县佤族人民过"惹岛"(播种节)时,村寨里男女老少围着火堆打歌时必跳的舞蹈之一,意在祈求来年风调雨顺,五谷丰登和互相表示祝福。

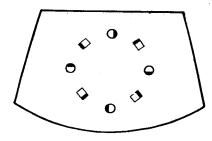
#### 音 乐

传授 鲍正荣 (佤 族) 记谱 李 岳 (蒙古族)

1 = A 慢速

曲谱说明,所有词均为呼喊声,节奏如谱所示。词意为"孤儿跳啊孤儿跳"。

#### 动作及跳法



男舞者(□)与女舞者(○)如图示每二人一组面相对,全体围成圆圈,其中一男舞者吹笛子伴奏并领舞,众人边喊边舞。

第一拍 二人左脚向左迈一步,右脚顺势向左前 踢出,膝微屈,双手随之前甩,上身微右倾后仰,目视 舞伴(见图一)。

第二拍 姿态不变,原位贴一次左脚跟,双手后甩。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 左脚向左前上一步,顺势左转四分之一圈,成二人背相对,右脚随之向左前踢出,膝微屈,双手前甩。

第六拍 右小腿后抬,顺势右转四分之一圈,成二人右肩相对,双手后甩。

第七拍 右脚于左脚旁跺地,屈膝,上身前俯,双手拍一下臀部两侧,目视舞伴(见图二)。



图一



图二

第八拍 保持姿态不动。

第九~十二拍 做第五至八拍的对称动作,成与下一个舞伴面相对。

第十三~二十四拍 反复第一至十二拍的动作。

无限反复地跳上述动作,直至尽兴。

跳 脚 歌

简介

《跳脚歌》是沧源县佤族人民打歌时跳的舞蹈之一。

音 乐

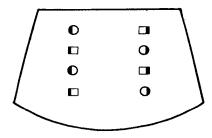
1 = bE 快速

传授 李学军(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

# 2 1 3 3 | 3 1 2 2 | 2 1 3 3 | 3 1 2 2 | 2 1 3 3 |

## 3 5 <u>3 3 | 2 1 3 3 | 3 5 3 3 | 2 1 6 0 |</u>

#### 动作及跳法



男女舞者如图示面相对站两排,男舞者弹奏小三弦,女舞者双手随舞步前后甩动。

第一拍 左脚向前跺一步,右腿稍前吸,上身稍 俯。

图三

第二拍 保持姿态,左脚原位踮跳一下。

第三拍 右脚向前蹬

出,同时左腿屈膝,上身稍仰。

第四拍 左脚原位踮跳一下,同时右腿收回至吸腿位。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十拍 左脚向左前跳一步,右腿稍前吸,上身稍俯。

第十一~十二拍 左脚原地踮跳一下,随即屈膝为重心,

同时右脚向右蹬出,上身左倾(见图三)。

第十三~十六拍 做第九至十二拍的对称动作。

第十七~十八拍 左脚向前跳一步, 顺势向右转半圈, 右腿前吸, 上身微俯。

第十九~二十拍 左腿原地踮跳一下,随即屈膝为重心,同时右脚向前蹬出,上身稍仰。

第二十一~二十二拍 右脚向右跳一步,左腿前吸,上身稍俯。

第二十三~二十四拍 做第十九至二十拍的对称动作。

第二十五~二十六拍 左脚向左跳一步,右脚前踢,上身稍左倾。

第二十七拍 右脚擦地收至左脚旁成"正步",上身稍俯。

第二十八拍 静止。

无限反复地跳上述动作,直至尽兴。

## 毕 颂 舞

#### 简介

"毕颂"是佤族人民以金竹自制的一种类似直箫式的古老民族乐器,《毕颂舞》以此得名,佤语称"高格毕颂",是沧源县一带佤族打歌时最喜欢跳的舞蹈之一。

1 = F 慢速

 $\frac{2}{4} \quad \underline{i} \cdot \underline{\dot{i}} \quad \underline{\dot{i}}$ 

#### 动作

- 1. 弹动步、弹动退步(均见木鼓舞)
- 2. 弹动进退步
- 第一拍 左脚上一步,左肩顺势前摆。
- 第二拍 做第一拍的对称动作。
- 第三拍 左脚上一步屈膝,同时右腿屈膝后抬,上身左倾稍右拧。
- 第四拍 右脚后退一步,身直起。
- 第五拍 左脚后退一步,上身右倾稍左拧。
- 第六拍 做第五拍的对称动作。
- 第七拍 左脚后退一步,同时右腿屈膝前抬,上身稍仰。
- 第八拍 右脚擦地收至左脚旁,双膝伸直,上身稍俯。
- 提示:双腿的屈伸动作同"弹动步"。
- 3. 毕颂舞组合
- 第一~十六拍 起左脚做"弹动进退步"两次。
- 第十七~十八拍 起左脚向前走"弹动步"。
- 第十九拍 左脚上一步屈膝,同时右腿屈膝后抬,上身前俯。

- 第二十拍 上右脚起跳,双脚并拢落地。
- 第二十一~二十四拍 起左脚做"弹动退步"退四步。

#### 跳法

舞者人数不限,全体拉手围圈,面对圆心起舞,双手随舞步前后自然甩动。一男舞者在圈内吹奏毕颂伴奏及领舞(见图四),每吹奏一遍舞曲,全体跳组合动作两次,无限反复至尽兴。



图 四

## 西盟对脚歌

#### 简介

《西盟对脚歌》是西盟县一带佤族人民打歌时最喜爱跳的舞蹈之一。

### 音 乐

1 = F 中速稍快

传授 岩三太 (佤族) 记谱 李云昌 (白族)

### 动作

第一拍 二人右脚向前跺一步,屈膝,上身稍前俯,双手后甩。

第二拍 左脚向右前踢出,双手前甩,上身稍左倾后仰,目视右前。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 起左脚向前跳一步,双脚同时落地成"正步半蹲"。

第六拍 左腿前抬,脚掌与对方脚掌相碰(见图五)。

第七拍 起右脚向右前跳一步,双脚同时落地成"正步半**蹲"**, 二人错左肩换位。



图五

第八拍 右小腿后抬,脚掌与对方脚掌相碰(见图六)。 第九~十六拍 反复第一至八拍动作,与下一个舞伴对舞。



图六

#### 跳 法(同《孤儿舞》)

## 凤庆对脚歌

#### 简介

《凤庆对脚歌》是凤庆县一带佤族人民节庆打歌时最喜欢跳的舞蹈。

#### 音 乐

传授 杨照发 (佤族) 記譜 字光亮

2 6 6 | 3 3 5 3 3 5 | 6 6 6 | 3 1 2 3 | 2 3 2 1 2 |

2 3 6 1 | 2 3 2 1 2 | 3 1 6 1 | 6 6 | 6 3 6 1 |

6 6 | 3 3 5 3 3 5 | 6 6 6 | 6 1 2 1 2 3 2 2 2 3 6 1 |

2 3 2 1 2 | 3 1 6 1 | 6 6 | 6 3 3 5 3 3 5 |

3 3 5 3 3 5 | 6 5 6 | 3 1 2 1 2 3 | 2 1 2 3 2 2 2 3 6 1 |

3 3 6 1 | 6 6 | 6 3 6 1 | 6 6 |

3 1 3 1 3 1 | 6 1 | 6 6 | 6 3 6 1 | 6 6 |

3 1 3 1 3 1 | 6 1 | 6 6 | 6 3 6 1 | 6 6 |

3 1 6 1 | 6 6 | 6 1 2 3 6 1 | 2 1 2 3 2 2 2 3 6 1 |

3 1 6 1 | 6 6 | 6 6 |

#### 动作

第一~二拍 起左脚向前上两步。

第三拍 左脚向前跺一步,屈膝,右腿前吸,上身稍俯。

第四拍 保持姿态,左脚原地踮跳一下。

第五~六拍 右脚于左脚旁踏地两次。

第七~八拍 左脚踏地两次,同时向左转半圈与另一舞伴面相对。

第九~十拍 做第七至八拍的对称动作,转回与原舞伴面相对。

第十一~十二拍 同第三至四拍。

第十三~二十拍 同第五至十二拍。

第二十一~二十二拍 起右脚后退两步。

第二十三~二十四拍 做第三至四拍的对称动作。

第二十五~七十二拍 反复第一至二十四拍动作两次。

#### 跳法

队形同《孤儿舞》;领舞者双手捧葫芦笙吹奏。每遍音乐的第一至二拍只奏不跳,从第 三拍开始做上述七十二拍动作。可反复跳名谝,直至尽兴。

## 对 穿 花

传授

卫

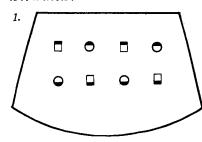
龙 (佤族)

#### 简介

《对穿花》是西盟县一带佤族人民节庆打歌时最喜爱跳的舞蹈之一。

#### 音 乐

#### 动作及跳法



众舞者男女相间,如图示面相对站两横排。一男子坐在一旁的木墩上拉独弦琴伴奏。

准备 站"小八字步",双手右 "山膀按掌"位屈肘"立掌"。

第一~二拍 右脚向右迈一步, 左脚靠至右脚,双脚跟踮起,双手同

时向左起做"晃手"后向右前推出(见图七)。

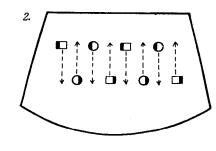
第三~四拍 同第一至二拍。

第五~八拍 "正步半蹲",臀部右摆,右手按于臀右侧,左手半握拳 旁抬于头左,目视右下方,双脚原位每拍向右跳转四分之一圈,跳四次转 一圈(见图八)。

第九~十二拍 做第五至八拍的对称动作,最后一拍向左跳转半圈, 成两排右肩相对。



图 八 1177



第十三~十六拍 动作同第一至四拍,按图示两 排换位。

第十七~二十四拍 动作同第五至十二拍,恢复 两排面相对。

每遍舞曲反复跳上述二十四拍动作五次。然后再从头开始,反复地跳,直至尽兴。

# 跳虎

简介

《跳虎》是耿马一带佤族人民节庆打歌时最喜欢跳的舞蹈。

### 音 乐

#### 动作及跳法

全体舞者左肩对圆心围成圈,一男子在队列中吹葫芦笙伴奏并领舞,众舞者双臂下垂随舞步前后甩动,步法如下。

第一拍 右脚向前上一步。

第二拍 起左脚向前走两步。

第三~五拍 起左脚向前走三步。

第六拍 起右脚向前走两步。

第七~八拍 右脚向前上一步,同时左脚向前踢出随即擦地收至右脚旁,顺势左转四分之一圈。

第九拍 双脚"正步"位向前跳一步,落地时左脚在前、右脚在后半蹲,上身稍俯。

第十拍 右脚靠拢左脚,身直起。

第十一~十四拍 慢一倍做第九拍动作两次,第二次落地时右脚在前、左脚在后。

第十五~十六拍 身直起,右脚向右迈一步,同时左脚向前踢出,随即往回擦地收至右脚旁,顺势右转四分之一圈。

该舞进退步的屈伸同"弹动步",每遍舞曲做上述十六拍动作四次。反复跳,直至尽兴。

# (三) 艺人简介

**鲍** 伟 男,佤族,1947年生,沧源县糯良乡南撒村人,能歌善舞,曾三次参加地区、县文艺调演。他吹奏的"树叶"及佤族民间器乐"毕颂"舞曲,深受好评,并获得上级领导的奖励。1983年参加全省农民文艺调演,吹奏"毕颂"领舞,并演唱佤族民歌"拉木桥"调,深受欢迎。

**田岩块** 男,佤族,1942 年生,沧源县岩帅大寨人。他自小喜爱民间文艺,放牛时随父亲学习吹奏"树叶"、"笛子",在当地群众中被称为"佤族笛子、树叶"演奏能手,由他吹奏的佤族民间舞蹈"孤儿舞"、"青年舞"深受好评。

**白依相** 女,佤族,1931 年生,沧源县班老乡纳勐村人,自幼习舞,会吹奏佤族民间器乐"口弦",掌握大量的佤族叙事长诗和民歌,根据当地劳动、生产、生活的习俗,能即兴编

执行编辑 陈 净、吕 波

# 青 年 舞

## (一) 概 述

"青年舞"佤语称"高格西诺底",是青年男女用来娱乐、寻偶的一种舞蹈形式。不论季节,不论场合,每当明月之夜,青年男女就会吹笙弹弦自动汇集一起,以舞蹈形式寻觅意中人。一对情侣一旦爱心萌发,便会挽手悄悄离开舞场,互赠信物,细说情话。信物多为手镯、梳子、简帕之类。女的还会为意中人梳头,情意融融。

流行在沧源的青年舞有《三弦舞》、《口弦舞》等。《三弦舞》就是有小三弦弹唱的舞,一般是男弹小三弦领舞,女合着节奏与之对舞,"郎弹弦子妹来合",男女配合默契,舞步和谐自然。《口弦舞》就是弹着竹篾口弦跳的舞,男女都可弹奏。口弦通过手的弹动以及气息的控制发出声响,给人以悠闲之乐感。青年舞一般都是男女成对,面对面地跳,种种情意尽在舞步和眼神中交流,加上明月银辉,使之更添几多柔情。

青年舞的舞步比较轻盈柔和,以走步弹动、小跳、抬腿、转身、拧身动作为多,走则情意缠绵,跺则刚中有柔,配以抒情悠扬的舞蹈音乐,给人以一种甜、柔、轻的美感。

在西盟莫窝、中课一带还流行着一种叫《毯子舞》的青年舞,其舞也不分时节、场合,男女青年在明月下取乐便跳。跳《毯子舞》需五人,男女均可。舞时把两块麻线毯或自织背巾布折成条块,搭成一十字打结加固,一人位于中间坐在十字结上,其余四人双手各拉住麻线毯一端,边唱边跳,无乐器伴奏。有时,将坐在毯子上的人抛向空中,高举双手鼓掌,五人相互配合,中坐者跃起越高越有趣。

在西盟王贡一带流传的毯子舞又称之为"诸雷嗨",意为死人时唱跳的舞,属当地民间的祭奠舞蹈。舞时把两块毯子都拴在主演者(即中立者)的腰部,意即把"死神"捆绑抬起抛

掉。跳法虽然与莫窝、中课一带的毯子舞相同,但意义却与之不同。 青年舞为青年男女娱乐、寻偶之舞,年长者都不参加,不同辈者也不对舞。

(二) 音乐

## 三弦舞曲

传授 赵三木惹(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

## 口弦舞曲

传授 尚尼勤(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

1 = C 快速

3 <u>3 2</u> | 5 <u>3 2</u> | 3 <u>3 2</u> | 5 <u>3 5</u> | 1 1 0

佤 笛 舞 曲

传授 田岩块(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

1 = B 中速稍快

## 毯子舞曲

传授 佚 名 记谱 李云昌(白族) 译配 高立旗(白族)

# (三)道 具

- 1. 小三弦(见"统一图")
- 2. 佤笛 即笛子(见"统一图")
- 3. 口弦 (见"统一图")
- 4. 毯子 佤族自织麻线毯,多为黑色,长 2 米, 宽 1.5 米。两条。舞时将两条毯子交叉勾起。



毯 子

# (四)动作说明

## 道具的执法

- 1. 执佤笛(同"打歌")
- 2. 执小三弦(同"打歌")
- 3. 执口弦(见图一)
- 4. 执毯子 将两条麻线毯勾起,由四人分别各拉一头呈十字形,另一人骑坐于十字扣上(见图二)。



图一



图二

#### 基本动作

- 1. 弹动步、弹动退步、一步踢、一步跺(均见"木鼓舞")。
- 2. 弹动进退步(见"打歌")
- 3. 上步转身

第一拍 左脚向前上一步,同时右脚后抬,上身稍左拧。 1184 第二拍 右脚上一步,左脚自然提起,顺势向左转半圈。

4. 屈伸跺步

第一拍 左腿屈膝,右腿屈膝前抬,身微仰,双手前甩。

第二拍 右脚在左脚旁跺地,双膝伸直,身前俯,双手后甩。

5. 右三跺

第一~三拍 右脚在左脚旁跺地三次,同时双手向后、向前、向后甩动三次,身顺势俯、仰、俯。

第四拍 身直起。

6. 踢腿跳

第一拍 左脚向左横迈一步,同时右腿稍屈膝向左前踢出,上身微俯稍左倾,目视右前。

第二拍 左脚原地小跳一下。

以上为右"踢腿跳",对称动作为左"踢腿跳"。

7. 跨步转身

第一拍 左脚向前跨一步,右腿屈膝后抬。

第二拍 右脚向左前迈一步, 顺势左转四分之一圈。

8. 前踢吸腿步

第一拍 右脚向右迈一步,同时左脚经擦地向右前踢出,上身稍左倾微仰,目视右前。

第二拍 右脚跟原位踮一下,同时左小腿收回成前吸,上身微俯稍左拧,目视左前。

9. 跺步掖腿

第一拍 左脚向前跺一步,膝微屈,右腿屈膝后抬,身前俯。

第二拍 右脚向后撤跺一步,屈膝为重心,左腿收至"掖腿"位,上身稍前俯右倾(见图三)。

#### 10. 双跺单踢

第一拍 双脚向前跳跺一步,迅即左脚跟踮起,右脚前踢,身稍前倾(见图四)。



图三



图 四

第二拍 右脚向外划弧落于左脚后,身直起。

第三~四拍 起右脚走"弹动退步"退两步。

11. 双跺退步

第一拍 同"双跺单踢"的第一拍。

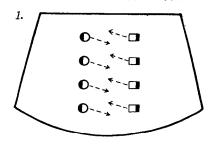
第二拍 右脚向后退一步,屈膝为重心,同时左脚跟着地膝伸直,上身微右倾。

提示:以上动作的舞姿,除双手执道具者外,其他人均双臂下垂,随步伐前后自然悠摆。

# (五) 场记及跳法说明

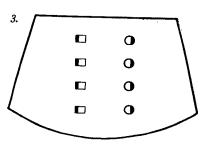
## 三弦舞

这是沧源县单甲区一带佤族青年寻偶、娱乐时的一种主要舞蹈形式,一般在月下场坝中进行,舞时人数不限,男女成对,站成面相对两排,一男舞者执小三弦伴奏并歌舞,其余舞者合着节奏双手自然甩动。



#### [三弦舞曲]

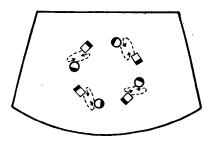
- 〔1〕~〔2〕 起右脚,向前走"弹动步"两步,接做左"一步踢"。
- 〔3〕 做"上步转身",按图示路线插成一直 排成下图位置。
- 〔4〕 退左脚做右"一步踢",男女换位。



- 〔5〕~〔6〕 原位做"屈伸跺步"两次。
- 〔7〕~〔8〕 做"右三跺"。
- [9]~[10] 做左"一步踢"接右"一步跺"。 场记1至3可无限反复,尽兴方休。

## 口弦舞

这是沧源县永和区一带佤族青年男女在月光下自娱、寻偶、谈情说爱时最喜爱的舞蹈 形式。舞者人数不限,男女面相对站立围成圆圈,男舞者左肩对圆心,女舞者右肩对圆心, 由一男舞者吹口弦伴奏并领舞。



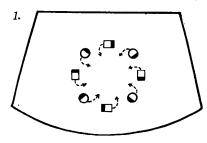
〔6〕动作五次。多次反复,直至尽兴。

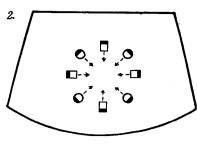
#### [口弦舞曲]

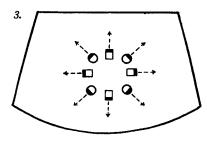
- 〔1〕~〔2〕 做右、左"踢腿跳"各一次。
- 〔3〕~〔4〕 做"上步转身"接右"一步跺",按 图示路线男女互换位置,仍成面相对。
  - (5)~(6) 做右"踢腿跳"接右"一步跺"。 依上述跳法,每奏两遍「口弦舞曲」,做(1)至

## 仮 笛 舞

这是佤族青年男女的自娱性舞蹈。舞者人数不限,男女相间围成圆圈,左肩对圆心站立,由一男舞者吹佤笛伴奏、领舞。







### 「佤笛舞曲]

- 〔1〕~〔2〕 只奏不舞。
- 〔3〕~〔4〕 做"跨步转身"接右"一步跺",成面向圆心。
  - 〔5〕 做"前踢吸腿步"。
  - 〔6〕 做右"一步跺"向左横走。
  - 〔7〕~〔14〕 起左脚,做"弹动进退步"两次。
- 〔15〕~〔16〕 起左脚走"弹动步"向前走两步,接做"跺步掖腿"。
  - [17]~[20] 做"双跺单踢"两次。
  - 〔21〕 做"双跺退步"。
  - 〔22〕 做右"一步跺"向左横走。
- [23]~[24] 做"前踢吸腿步"接右"一步 跺"。
  - 〔25〕 做左"一步跺"向右横走。 然后右转身成左肩对圆心,从头反复。

## 毯 子 舞

该舞流行于西盟莫窝、中课一带,为佤族青年男女在月光下逗趣、取乐跳的自娱性舞蹈。由四人各拉住毯子的一头,一人骑坐在毯子上,众边唱边舞,无乐器伴奏。每唱一乐句,执毯子人先一拍一次原位跺步,最后一小节四人原地半蹲,再突然直起,双手举至头前,用力拉紧毯子,中间骑毯者顺势双脚跺地往上跳起,被抛起在空中,举臂击掌两下(见图五)。每唱一遍《毯子舞曲》,做四次跺步接抛人至空中击掌。依此无限反复。尽兴方休。



图五

传 授 赵三木惹、尚尼勤、田岩块 田叶拉、岩 许、岩 邦 岩 沙、岩 在、娜 很 (以上均为佤族)

编 写 王世雄(彝族)、鲍尼翁(佤族) 高立旗(白族)

绘 图 刘永根

资料提供 杨赛亮、杨国进(佤族) 保永红(佤族)、杨 琴 杨丽萍(佤族)、陈慈忠 李学宏(佤族)、李光祥(佤族) 钟成学(彝族)、尼 早(佤族) 孔玉玲(拉祜族)、李云昌(白族)

执行编辑 陈 净、吕 波

# 甩 发 舞

## (一) 概 述

佤族少女成年以后,就会以各种方式来显示自己的美,表明自己已经成熟,以吸引异性的关注与追求。舞蹈就是这种美的表现形式,最常见的有"甩发舞"、"月亮升起来"、"多依花"等。

甩发舞佤语称"爱端尾嘿",是广泛流传在佤族妇女中的自娱性舞蹈。除结婚、盖房、剽牛、丧事时忌跳之外,其它场合都可随时随地起舞。《甩发舞》年代久远,关于它的起源在沧源西盟有这样的传说:

很久以前,阿佤山有一对恩爱情侣,男的叫岩七、女的叫依带儿。岩七长得英俊、强壮,依带儿黑发披肩,长得如花似玉。有一天,俩人上山找竹笋,山箐里布满了蜘蛛网,俩人的头上、身上都被网住了。他们你扯我拉,扯了三天三夜也没有把蜘蛛网拿干净,依带儿的满头黑发被弄得七皱八折,叫人好不伤心。后来,聪明的岩七就把竹子破成条来给依带儿梳理头发。岩七给依带儿梳理了三天三夜,依带儿又给岩七梳理了一天一夜,梳了又理,理了又梳,梳头时还有诉不完的恩爱情话。依带儿的头发被梳得发亮,他们在月光下高兴地唱啊跳啊,黑发随风飘起,一对情人陶醉在幸福之中。后来每当明月当空,二人就在月光下梳头,共诉恋情,尔后双双起舞。于是,阿佤山有了竹木梳,阿佤山的情侣兴起了"梳头"之俗,阿佤少女就有了甩发舞。

佤族妇女酷爱长发,他们以长发为美,从小就习惯于长发披肩。每当他们在竹槽下洗净头发,就要低头梳妆,甩发晾干整型,任乌发随风飘舞,甩发舞由此缘起。

甩发舞既可两人对舞,也可集体进行,舞者多为偶数,边唱边跳,无乐器伴奏。动作中

左右前后甩动长发,如飞瀑、似风舞,以显示自己的魅力。舞蹈也表现了佤族女性的豪放、 爽朗,和青春少女的甜美心情。

"月亮升起来"佤语称"奇笼笼",是流传在沧源各佤族村寨的女青年舞。在银白的月光下,少女们拉手围圈,唱着歌儿:"月亮亮,月亮白,月亮跟着白云走,唱啊跳啊多愉快。"然后合着歌声拉手、走步、跺脚、转圈,唱着柔情的歌,跳着轻盈的舞,十分含蓄地表明姑娘已经长大成人,以此表示自己对美好生活的向往。

# (二)代表性节目

# 沧源甩发舞

音 乐

传授 肖叶弄(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

#### 动作

- 1. 弹动步(见"跳木鼓房")
- 2. 甩发舞组合

第一~六拍 起右脚走"弹动步",向右横移六步。

第七~十二拍 起左脚走"弹动步"向左横移六步。

第十三~十四拍 "正步"双腿伸直,身前俯,同时向前甩发,双手 后甩(见图一)。



图一

第十五~十六拍 双膝微屈,上身稍仰,双手半握拳由前甩至耳旁,同时向后甩发(见图二)。

第十七~二十拍 反复第十三至十六拍动作。

第二十一~二十二拍 双膝稍屈,稍向左出胯,上身微左拧右倾后仰,抬头视左上方, 头发随身摆至右肩前(见图三)。



图二



图三

第二十三~二十四拍 做第二十一至二十二拍的对称动作。

第二十五~二十八拍 一拍一次,将头发向前、后各甩两次,身随之前俯后仰,双膝屈伸四次。

第二十九~三十四拍 身前俯,一拍一次向前甩发六次,双膝随之屈伸六次。

第三十五~三十六拍 身直起,向后甩发。

### 跳法

舞者都是女性,人数不限,相互拉手,面向圆心围成圆圈,边唱边跳,无乐器伴奏。每唱一遍歌曲做一次组合动作。无限反复,尽兴为止。

# 西盟甩发舞

#### 音 乐

传授 娜 晃(佤族) 记谱 李云昌(白族) 译配 高立族(白族)

1=G 中速 轻快风趣地  $\frac{\dot{2} \ \dot{2} \dot{2}}{\dot{2}} \frac{\dot{\dot{2}} \ \dot{1} \dot{6}}{\dot{6}} \begin{vmatrix} 6 \ \dot{1} \dot{6} \end{vmatrix} 6 \frac{\dot{\dot{2}}}{\dot{6}} \begin{vmatrix} \dot{1} \dot{6} \end{vmatrix} 6 \begin{vmatrix} \dot{3} \dot{2} & \dot{3} \dot{2} \end{vmatrix}$ 66 62 乌黑 头发 披肩 上, 长 发 姑娘 多漂 亮。(冬叭 冬叭 3535 333 3 350 3535 哎士 哎士 哎 士 哎 士 委啊 委)

#### 动作

准备 二人面相对站立,双臂于身前交叉(左臂在上),双手与舞伴互握。

第一拍 右脚向右跺一步成"大八字步半**蹲"**,上身后仰右摆(见图四)。

第二拍 左脚原位跺地,其它与第一拍动作对称。

第三~八拍 反复第一至二拍动作三次。

第九拍 前半拍,头向右摆甩发;后半拍,头向左摆甩发。

第十拍 同第九拍。

第十一~十二拍 双膝屈伸两次,同时从后往前甩发两次。

第十三~十六拍 同第九至十二拍。



本舞既可两人表演,也可集体进行,无乐器伴奏。舞者边唱边跳,每唱一遍歌曲做一遍动作。无限反复,尽兴为止。

# 月亮升起来

#### 音 乐

传授 白依相(佤族) 记谱 鲍志明(佤族) 译配 鲍志明(佤族)、杨国进(佤族)

## 动作

第一~八拍 起右脚,向前走"弹动步"八步,双臂下垂前后摆动,身随势起伏。

第九拍 双脚向前跳一步,双膝稍屈,双手向前甩至耳旁。

第十~十一拍 起左脚走"弹动步"退两步,双手稍前后摆动。

第十二拍 同第九拍。

第十三~十六拍 起右脚,走"弹动步"向右横移四步,双手前后摆动,身随势起伏。

第十七~十九拍 起左脚,走"弹动步"向左横移三步,双手前后摆动,身随势起伏。 1192



图

四

第二十拍 同第九拍。

第二十一~二十四拍 同第九至十二拍。

#### 跳法

本舞跳法同《沧源甩发舞》。

# (三) 艺人简介

田叶拉 女,佤族;1932年生,沧源县岩帅大寨人。她熟练掌握各种佤族民间舞蹈,如 女性甩发舞、儿童舞等。曾参加地区、县文艺调演,演唱佤族民歌,获得奖励。1974年沧源 县庆,她演唱的十多首佤族民歌,被云南省广播电台录制播放。在第二届沧源县农民文艺 调演中,以佤族民间女歌手的名誉,被邀请参加演出;她表演的佤族民间舞蹈"甩发舞"获 本届演出二等奖。

李叶弄 女,佤族,1930年生,沧源县水和村人。擅长吹奏"口弦"及演奏佤族民间乐器"独弦琴",掌握大量的佤族叙事诗歌和民歌。他表演的佤族民间舞蹈"甩发舞"特点浓厚,跳出了佤族妇女粗犷、豪放的性格、是当地有一定影响的民间艺人。

传 授 肖叶弄、李叶来、白依相 肖依相、李依相、田叶拉 田叶改、娜 焕、娜 领 娜 很、叶 伟、娜 庆 (以上均为佤族)

编 写 鲍尼翁(佤族)、高立旗(白族) 彭成芳、王世雄(彝族)

绘 图 刘永根

资料提供 杨赛亮、杨国进(佤族)

保永红(佤族)、郑云志

杨兆麒(白族)、陈慈忠

杨丽萍(佤族)、李学宏(佤族)

李 岳(蒙古族)、李光祥(佤族)

钟成学(彝族)、尼 早(佤族)

孔玉玲(拉祜族)

执行编辑 陈 净、吕 波

# 跳 摆

# (一) 概 述

"跳摆"也叫"象脚鼓舞"。在沧源、西盟、永德、镇康等地的佤族村寨,每逢剽牛祭祀、盖新房、接新水和喜庆节日,均跳象脚鼓舞。沧源、永德、镇康一带佤族也与傣族一样,过"泼水节"、"关门节"、"开门节"、"包饭节",节日期间盛行跳摆。这里的每个佤族村寨,都有一套完整的打击乐器,有的地方归集体所有,有的地方的某种乐器则归某一家人所有。沧源佤族过去跳摆敲蜂桶鼓,后来改用象脚鼓。

佤族象脚鼓由自己制作,制鼓工匠代代传艺,至今未绝。其鼓身短而粗壮,呈喇叭形, 用麂皮或黄牛皮蒙面,声音雄壮而深沉。演奏时,配以音高不同的大、小铓锣三至四面,并 与镲相配合,音阶突出,民族特色很浓。

沧源佤族跳摆的跳法与当地傣族大同小异。所不同的是傣族"小卜哨"(姑娘)一般不跳,而佤族则不分男女老幼皆跳;男舞者动作刚劲一些,女舞者动作柔和一些;男舞者围在外圈,女舞者拉手围在里圈,和着打击乐节奏循逆时针方向跳转。基本步法为踏、蹬、点、吸,屈膝抬腿频繁。基本手势为招手、分掌、击鼓,女性手臂前后摆动。身随步转,前后左右灵活自如。男舞者俯仰幅度大。鼓声咚咚,铓声阵阵,人声沸扬,一跳数日不止。

西盟象脚鼓舞有多种跳法,所收集到的《哦咳朗》、《雪管朵》、《雪排吉》,充分体现了象脚鼓舞的民族特点和地域特点。

《哦咳朗》广泛流传在西盟佤族村寨。跳时人数不限,男女老幼都可参加。在鼓、镲、铓的打击伴奏引舞下,众踮步沿圈逆时针方向行进,左右手交替从前面抬起往后摆动绕圈。每跳完一段,都要呼喊,"哦咳朗"、"磨散敢",再加"帅—帅—帅"的欢呼声,传扬数里,十分1194

热闹。

《雪管朵》意即"青年舞",主要流传在西盟县翁戛科龙坎村一带,是男女青年在"接新水"和"盖新房"时进行社交活动的舞蹈。舞蹈人数须成双,异性舞伴交叉围圈,面对面起舞。动作主要是踮走步,腰臀拱动、横移转身,扭臀与舞伴臀部相碰。风趣活泼,情绪高昂欢乐。

《雪排吉》意为"手绢舞",源于西盟县班约、坡永一带,现主要流传在翁戛科各村寨,也是男女青年在过节、盖新房时最喜欢跳的舞蹈之一。舞时除用象脚鼓、铓、镲伴奏外,还吹奏一种叫"德"的管乐器。舞蹈人数不限,男女均可,面对圆心围圈,逆时针方向横移走步,双脚靠拢立足尖踮步,转身180度交换进行。右手捏一手绢(或双手各执一块),随节拍在胸前甩动。既可男女跳同一动作,也可男舞者跳另一套路。舞姿优美、活泼,风格浓郁,表现了佤族青年自豪、爽朗的性格。

永德佤族跳摆有《直摆》、《耍刀摆》、《拍手打脚摆》、《反面摆》、《穿花摆》五个套路。《直摆》的动作较简单,众舞者握拳面对圆心围圈,逆时针方向跳转。主要动作有踏步、靠步、掏手、晃手,眼的视线因手势的变化而变化。《耍刀摆》限于男性,舞者双手执刀,左右挥舞。《拍手打脚摆》需二人成对,二人脚掌相击,手随之与舞伴击掌,成正面、反面、侧面拍手打脚,前后左右灵活反复跳转,击掌的声响与打击乐的节奏吻合自然。《反面摆》与《穿花摆》也为二人成对,在《直摆》动作的基础上不断变化方位,使之增强自娱性。

# (二)道 具

- 1. 中象脚鼓(见"统一图")
- 2. 镲 大镲直径约 40 厘米,小镲直径约 25 厘米。
- 3. 铓 大铓直径 50 厘米,中铓直径 35 厘米,小铓直径 20 厘米(均参见"统一图")。
- 4. 德 佤族一种独特的乐器。取 15 厘米长的鹿角或麂子角或竹根, 镂成喇叭形, 大的一端口径 3 厘米, 小的一端口径 2 厘米。然后在中间切开 4 厘米长的孔, 与喇叭内空心处相通, 再在孔上安一簧片(用蜂蜡封严)即成。



5. 长刀(见"统一图")

# (三)代表性节目

高儿迈供(沧源)

音 乐

传授 保岩堂(佤族)、保岩相(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

曲谱说明: 铓由高、中、低(或称大、中、小)三面组成,分别奏出5、3、1 三个音。谱中节奏型"XXXX"即形成"531"的旋律。

#### 执象脚鼓者动作

1. 鼓的执法及击法 左肩"挎象脚鼓"(见"统一图")。右手包布握拳,左手轻搭鼓边(见图一),双手击前鼓面。每小节第一拍的前半拍右手拳击一下,后半拍左手击一下,第二拍右手拳再击一下。

以下动作左、右手均击象脚鼓,不复述。

2. 组合动作

第一拍 右脚向前上一步,屈膝为重心,同时左腿屈膝脚跟离地,身前俯。



图一

第二拍 前半拍,重心移至左脚,右腿屈膝前抬。后半拍,右脚向前蹬出,左腿屈膝,身 微仰。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五拍 前半拍,右脚向右移一步,屈膝,同时左腿前吸。后半拍,右脚向右转半圈(见图二),左脚顺势扣膝向左侧蹬出,上身稍前俯右倾。

第六拍 左脚落地膝稍屈,同时右脚向前蹬出,上身稍仰。

第七~八拍 同第一至二拍。

第九~十二拍 同第一至四拍。

第十三拍 右脚落地,膝稍屈,同时左脚向左侧蹬出,上身稍右倾。

第十四拍 落左脚左转半圈,右腿顺势屈膝旁抬,右脚向后划弧再向 前蹬出,上身稍仰。

第十五~十六拍 同第一至二拍。

## 男舞者的动作

第一拍 右脚向右移一步,同时左腿扣膝稍抬起,右手经前向上划至"托掌"位,左臂微提肘,目视左前(见图三)。

第二拍 上身稍前俯右倾,右腿屈膝,左脚向左蹬出。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~八拍 反复第一至四拍动作,只是在第五拍时顺势右转半圈。

第九~十二拍 反复第一至四拍动作,只是在第十一拍时左转半圈。

第十三~十六拍 同第一至四拍。

## 女舞者的动作

- 1. 一步踢(见"跳木鼓房")
- 2. 组合动作

准备 相互拉手围成圆圈。

第一拍 左腿先伸再屈,上身稍前俯左倾,右腿扣膝旁抬,右脚顺势向右蹬出。

第二拍 落右脚做左"一步踢"。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 右脚向右迈一步,双手放开,顺势右转半圈,再相互拉手做左"一步踢"。

第七~八拍 起左脚,向左横走做右"一步踢"。

第九~十拍 起右脚,向右横走做左"一步踢"。

第十一~十六拍 做第五至十拍的对称动作。

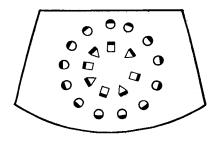


图二



图三

#### 跳法



舞者人数不限,男舞者(□)与执象鼓脚、铓、镲者(▽)围成里圈,女舞者(□)相互拉手围成外圈,均面向圆心。由执象脚鼓者领舞,执镲、中铓、小铓者动作同执象脚鼓者,道具的执法见"统一图",边击乐器边舞,执大铓者边击铓边踏着节拍走步。

全体做各自的组合动作逆时针方向移动,无限反复,尽兴方休。

直 摆

音 乐

传授 杨才五(佤族) 记谱 李胜良

象脚鼓	2 4	中 <b>建</b> X X X	<u>x x</u>	l	<u>x                                    </u>	<u>x x</u>	<u>x</u>	<u> </u>	<u>x x</u>	
铓	2/4	x	-		<u>x x x</u>	-	x	×	-	
镲	$\frac{2}{4}$	<u>x x x</u>	<u>x x</u>		<u>x x x</u>	<u>x x</u>	<u>x</u>	хх	<u>x x</u>	

## 动作及跳法

舞者人数不限,面向圆心围成一个圆圈,其中三名男舞者分别执象脚鼓、镲、铓伴奏, 执象脚鼓者均为领舞者。

全体动作如下:

第一拍 左脚原地踮跳一下,左腿屈膝为重心,同时右腿前吸,双手握拳,右手向下擦右大腿掸下,左手从胸前掏至左上方,上身稍前俯右拧,目视右前(见图四)。

第二拍 右脚向右迈一步,随之左脚跟离地拖至右脚旁,同时双手向左"晃手",左手至右肩前,右手背于身后(见图五)。



图 四



图五

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

乐手每敲击两遍[直摆],全体做上述动作三次,逆时针方向移动。多次反复。

象脚鼓的击法为:第一拍的前半拍右手拳击一下,后半拍左手连击两下;第二拍,右手 拳、左手各击一下。

## 耍 刀 摆

#### 音 乐(同《直摆》)

#### 动作

第一拍 左脚向右前上一步,重心在双脚,同时左手用力挥刀至右肩前,右手向后挥 刀至左肩后,上身左拧,目视左前(见图六)。

第二拍 重心移至左脚成右"踏步",同时双手手心向上打开顺势转腕拉至"提襟"位 (见图七)。



图六



图七

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

#### 跳法

舞者一人,双手执刀表演。三名男子分别执象脚鼓、镲、铓在一旁敲击[直摆]伴奏。每 奏一遍锣鼓点做三次动作,动作无固定方向,可多次反复。

# 拍手打脚摆

## 音 乐(同《直摆》)

## 动作

准备 男女二人面相对。

第一拍 二人右脚向前一步,左腿屈膝前抬,左臂屈肘前抬,右 臂下垂。

第二拍 右脚原地踮跳一下,同时左脚掌与对方相碰,左手与 对方相拍(见图八)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。



1199

第五拍 右脚向左前跨跳一步,二人擦左肩换位成背相对,同时左腿屈膝后抬。

第六拍 右脚原地踮跳一下,同时左脚掌与对方相碰,左手向后与对方相拍,右臂屈肘斜抬,上身左拧,目视左后(见图九)。

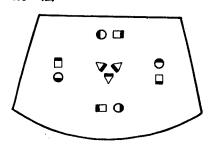
第七拍 左脚落地,同时右腿屈膝后抬。

第八拍 做第六拍的对称动作。

第九~十拍 右脚落于左脚旁,顺势向左转半圈成二人面相对, 然后左腿屈膝前抬,接做第二拍动作。

第十一~十二拍 做第一至二拍的对称动作。

## 跳法



舞者人数不限(左图中以八人为例),围成圆圈,男 女二人为一组面相对站立,男舞者(□)左肩对圆心,女 舞者(□)右肩对圆心。另有三名男子(▽)分别执象脚 鼓、镲、铓于圈内,背向圆心,敲击[直摆]伴奏。每奏两遍 [直摆],舞者做一遍动作,每遍动作结束时均左转半圈, 再与另一个舞伴对舞。

## 反面摆

### 音乐(同《直摆》)

#### 动作

第一~四拍 同《直摆》的第一至四拍动作。

第五拍 同第一拍。

第六拍 右脚落于左脚后,顺势右转半圈。

第七拍 左脚于右脚旁跺地,右腿前吸。

第八~十一拍 同第一至四拍。

第十二拍 同第六拍。

提示:以上为甲的动作,乙做甲的对称动作。

## 跳法

舞者人数不限,围成圆圈,不分男女,每二人一组,背相对,左肩对圆心者为甲,另一人为乙。伴奏者的位置同《拍手打脚摆》。每奏两遍[直摆]做一次动作。多次反复。

# 穿花摆

## 音 乐(同《直摆》)

#### 动作

准备 男女二人为为一组,男在前,女在后。 1200



图九

第一~四拍 二人同做《直摆》的第一至四拍动作。

第五拍 男右脚踏一步,同时左腿前吸,上身稍前俯左拧;女做男的对称动作。

第六拍 男左脚退一步,女右脚上一步,成男右女左二人并排。

第七拍 男退右脚至左脚旁,二人均以右腿为重心,屈膝脚跟踮起,左腿前吸,双手握拳,右臂屈肘上抬,左臂下垂提肘,上身稍前俯左拧,目视左前(见图十)。

第八拍 男左脚退一步,女左脚上一步,成女在前、男在后,男女同时右脚靠至左脚旁,右前脚掌着地,右拳抬于胸前,左拳背后(见图十一)。



图十



图 十一

第九~十二拍 同第一至四拍。

第十三拍 同第五拍。

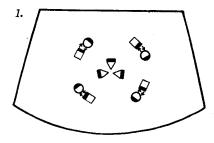
第十四拍 男左脚向左前上一步,女右脚向右后退一步,成男左女右二人并排。

第十五拍 男上右脚至左脚旁,二人同做第七拍动作。

第十六拍 男左脚上一步,女左脚退一步,恢复开始时男在前、女在后的位置,舞姿同 第八拍。

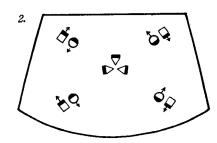
#### 场记

舞者人数不限(场记图中以八人为例),男女二人为一组,全体围成圆圈。三名男子分别执象脚鼓、锣、铓站在圈内,面向圆心为舞者伴奏。



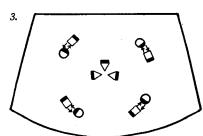
#### [直摆]

第一遍 做第一至六拍动作,最后各至下图位置。

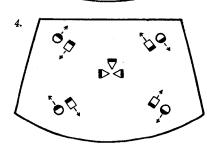


#### 第二遍

〔1〕 做第七至八拍动作,形成下图位置。



(2)奏三遍 做第九至十四拍动作,最后各至下图 位置。



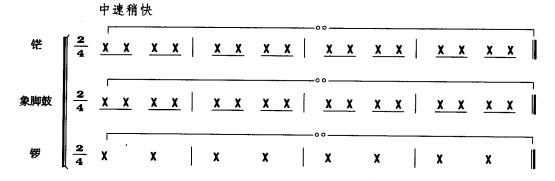
〔3〕 做第十五至十六拍动作,按图示路线恢复场记1的位置。

然后从头开始,多次反复。

# 哦咳朗

#### 音 乐

传授 娜 南(佤族) 娜 嘎(佤族) 记谱 李云昌(白族)



#### 动作及跳法

舞者人数不限,男女老幼都可参加。众围成圆圈,由六名男青年分别执象脚鼓、镲及四面铓在前伴奏并领舞,群舞者跟随其后。 均左肩对圆心,沿逆时针方向行进。

领舞者的动作:

第一拍 左脚向前跨一步,屈膝。

第二拍 右腿屈膝向右前抬起,同时左脚跟踮一下,上身稍左 倾右拧(见图十二)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。



图 十二

执象脚鼓者的动作:前半拍右手用拳击鼓一下,后半拍左手击鼓一下;步法同领舞者。 执铓者的动作:四人按谱面 X X | 依次每人击半拍,步法同领舞者。 群舞者的动作:

第一~二拍 左脚向前跨一步屈膝,身前俯,重心再后移至右脚,屈膝,身后仰,左脚跟离地,右手经前抬往后绕一圈,左臂下垂,目视前方。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

全体做以上动作四次,于最后两拍呼喊一次"哦咳 朗."。

然后多次反复上述动作,速度逐渐加快,舞至高潮时,众舞者边舞边反复高呼"帅。

**帅 - │ 帅 - │ 哦**咳 朗. ▮

# 雪管朵

音 乐

传授 娜 嘎(佤族) 娜 南(佤族) 记谱 李云昌(白族)

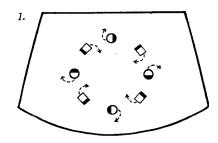
慢速 较自由

象脚鼓	2 4	X	0	x	x   <u>x x</u>	X	(4) X	0	x	0	x	0	-
中铓	24	x	0	x	x   <u>x x</u> x   x x   <u>x x</u> .	0	<b>x</b>	0	<b>x</b>	0	x	0	1
小镲	24	<u>x x</u> .	X	<u>x</u> x.	$x \mid \underline{x} x$ .	X	<u>x x.</u>	X	<u>x x</u> .	X	<u>x x</u> .	X	

象脚数 
$$\begin{bmatrix} \frac{2}{4} & \underline{x} & \underline{x}$$

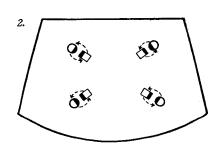
#### 动作及场记

舞者人数不限(场记图中以八人为例),男女各半,每二人一组面相对,全体围成圆圈。 三名男子分别执象脚鼓、镲、铓在一旁伴奏。



## [雪管朵]

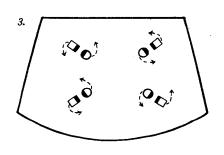
〔1〕第一拍 右脚向右前上一步右转四分之一 圈,成男女二人背相对,随即左脚靠至右脚旁成"正步半蹲",双手前甩,目视前方。



- 〔1〕第二拍 双脚跟贴一次,同时臀部向后顶与舞伴相碰,双手后甩(见图十三)。
- 〔2〕第一拍 左脚向后退一步左转半圈,右脚随即靠至左脚旁成"正步半蹲",双手前甩,男女二人换位成下图位置。



图 十三



- 〔2〕第二拍 同〔1〕第二拍动作。
- 〔3〕 做〔1〕的对称动作,按图示形成与另一舞 伴面相对。
- 〔4〕~〔12〕 反复场记1至3三次,每次变位换一个舞伴。

然后再从头反复多次。

## 雪排吉

#### 音 乐

中速

传授 娜 嘎(佤族) 娜 南(佤族) 记谱 李云昌(白族)

铓	$\frac{2}{4}$	<u>x x</u>	X	<u>x x</u>	x <u>x x</u>	<u>x x                                  </u>	X	
象脚鼓	24	<u>x x</u>	<u>x x</u>	<u>x x</u>	<u>x x   x x</u>	<u>x x   x x</u> <u>x x   x x</u>	<u>x x</u>	
小镰	2 4	<u>x</u> x.	<u>x x</u>	<u>x x</u> .	$\underline{\mathbf{x}}$ $\mathbf{x}$ $\underline{\mathbf{x}}$ .	$x x \mid \underline{x} x$ .	<u>x x</u>	

曲谱说明: 铓由低、中、高(或称小、中、大)三面组成,依次分别奏出"1、3、5"三个音, 铓谱的节奏型"<u>XX</u>X"和"<u>XX</u>"分别形成"<u>13</u>5"和"<u>13</u>5<u>3</u>"的旋律。

## 女舞者的动作(右手握手绢)

第一拍 右脚向右横迈一步,左脚随之靠至右脚旁,同时右手抬胸前,左臂下垂。

第二拍 双脚原地踮脚跟一次,右手向右甩手绢,左手随右手摆动。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五拍 右脚后退一步,顺势右转半圈,左脚随之靠至右脚旁,右手抬于胸前,左手随右手小幅度摆动。

第六拍 同第二拍。

第七~八拍 同第五至六拍。

提示:走动时膝稍屈伸,伸时膝稍用力,脚落地颠一下;转身时身稍前倾。以下男舞者 走动时的要求同女舞者。

## 男舞者的动作(右手握手绢)

第一拍 起右脚向右横走两步,双臂下垂。

第二拍 左腿屈膝踮起脚跟,右腿屈膝向右前抬起,同时右手 从胸前甩手绢至右前,目视右前(见图十四)。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五~六拍 双臂下垂,起右脚向右后走两步顺势右转半圈。 第七~八拍 同第五至六拍。



图 十四

## 跳法

舞者人数不限,男女各半,相间围成圆圈,均面向圆心,右手拿手绢起舞,沿逆时针方向移动。六名男子分别执象脚鼓、镲、大中小铓和"德"在一旁伴奏(德的吹法见图十五),并随之舞动。动作可多次反复,尽兴方休。



十五

传 授 鲍南相、鲍岩坦、杨才五、曹 三 娜 戛、娜 南(以上均为佤族)编 写 鲍志明(佤族)、高立旗(白族)王世雄(彝族)、彭成芳、李胜良绘 图 刘永根资料提供 杨赛亮、沈国壁、钟成学(彝族)尼 早(佤族)、孔玉玲(拉祜族)执行编辑 陈 净、吕 波

# 蜂桶鼓舞

"蜂桶鼓舞"即敲着蜂桶鼓跳的舞。蜂桶鼓因形似蜂桶而得名,它用整段树(盐酸树、泡桐树等)掏空,两头用牛皮或麂子皮蒙面,一敲咚咚响,声音宏亮。蜂桶鼓舞流传在沧源县的班老、勐来等地佤族村寨。勐来蜂桶鼓舞称"稿年靠",意为"跳家",或"跳新房";班老蜂桶鼓舞称"稿拱茸",意为"水鼓舞"。

蜂桶鼓舞的特点是热烈、奔放、节奏感强,深受佤族人民喜爱,至今在民间盛行不衰,特别是跳家一舞已经普遍推广,成为一种佤族民间喜庆舞蹈,近年来经文艺工作者加工整理已搬上舞台。

# 跳家

## (一) 概 述

沧源县勐来乡佤族在庆贺新房竣工时跳"蜂桶鼓舞",当地称为"跳家"或"跳新房",佤语叫"稿年靠"。

新屋落成,全寨人都要来祝贺。此时,就在新屋前的空地上,男女舞者拉手或扣手围圈 按逆时针方向彻夜唱跳。三个男领舞者敲响三个蜂桶鼓,大唱大跳大呼,热闹非凡。为何 要"跳家"? 勐来佤族中有一个美丽的传说:

人从"司岗里"(石缝)出来后是和动物生活在一起的,人与动物可以互相通话。大家没有房子住,日晒雨淋、日子艰难。一天,人与动物商量要盖房子,一致推举一种叫"西木老"的鸟来当师傅。西木老不会盖房,木料短了他越砍短,木料长了它越接长,领着大家盖了七年七个月零七天,还是没有把房子盖成。一个叫"来改"的鸟自荐说:"你们盖了这长时间还没盖成,这个师傅得由我来当。"来改就领着大家盖房,木料短的它接长,长的它砍短,几天时间就竖起了房架子。这时候,斑鸠说:"这种房子我会盖了,我的我要自己盖。"说完就飞走了。所以现在斑鸠的房子只有几根木棍架子。来改领着大家给新房架子围上竹笆墙。这时,一种叫"西木约"的鸟说:"这种房子我会盖了,我的让我自己盖。"说完也飞走了,所以现在西木约的窝只有底和边,没有顶。织布鸟和人坚持把房子盖好,所以现在织布鸟的房子不仅有"顶"、有"墙",还有"门"(洞)。

房子盖成后,人要做一个火塘,来改叫一个"梅顶"(老大妈)去找垫火塘底的东西。梅顶找了半天也不知用什么东西好,恰好看到响蚂蚁在竹笋叶上跳舞,就顺手拿了笋叶回来,所以现在佤族都喜欢用笋叶垫火塘底。房子盖成,大家唱啊跳啊,异常高兴。梅顶就领1208

着大伙学蚂蚁跳,但舞步不整齐。来改出了个主意,让大伙做一个鼓敲打节奏,统一舞步,于是就有人做了三个蜂桶鼓。来改把声音大一点的叫"母鼓",小一点的叫"公鼓",最小的叫儿鼓。三个鼓一齐敲响,大伙使劲地呼喊唱跳。所以现在新房落成就要"跳家"。跳家时总少不了公、母、儿三个蜂桶鼓。

# (二) 音 乐

跳家音乐分为两部分,即打击乐和演唱曲。打击乐器由三个蜂桶鼓组成,分公、母、儿鼓。公、儿鼓为高音鼓,母鼓为低音鼓。用手掌击鼓,边击边舞。打击乐声中加入男女喊声,节奏明快,气氛激烈,无限反复。演唱曲无乐器伴奏,自唱自舞。唱段分为歌词、衬词两个部分。歌词可表达一定的生活内容,也可即兴发挥。首先由一名男舞者起头领唱,众男跟随齐唱。衬词均为女舞者演唱。

## 跳 家 一

传授 卫生强(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

锣	鼓	<u> 2</u>	快速	欢快	有力地 - ** *		1	1				
字	谱	4	হ গ	令孙	升冬	· 孙	<u> </u>	冬扑	<u> </u>	扑	冬朴	冬扑
公儿	鼓鼓	$\frac{2}{4}$	<u>X 0</u>	<u>X 0</u>	<u>o x</u>	0	<u>x x</u>	<u>x o</u>	<u>0 X</u>	0	<u>x o</u>	<u>x o</u>
母	鼓	24	<u>0 X</u>	<u>0 X</u>	<u>x o</u>	x	0	<u>o x</u>	<u>x o</u>	x	<u>0 x</u>	<u>o x</u>
喊声	(男)	24	嘿	0 嘿	西嘿	哈	0	0	0	0	西泽	冬 扑 X O O X 西泽
	(女)	24	0	0	0	0	西者	西者	哎西	者	西者	西者

## 跳 家 二

传授 李岩板(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

2. 雀鸟与人去做窝,人砍大梁盖房子。

嘿哎

4. 跳新房,唱新房,阿瓦新房真热闹。

尼

3. 金色的草房盖起来,我们敲鼓来庆贺。

尼 衣哈 哎嘿

(女齐) ( 嘿

曲谱说明:此曲的每句歌词后面均有一句女齐唱的衬词,各句衬词相同,唱[6]至[10]。

# (三)道 具

蜂桶鼓 鼓身木制,蒙生麂子皮或牛皮作鼓面,用皮条将鼓面拉紧,鼓呈蜂桶状,鼓长 40至50厘米,直径20至25厘米,鼓身中央掏一小孔用以调音。用红布条作鼓带,鼓带长1.2米左右。鼓分为公、母、儿鼓,公、儿鼓为高音鼓,母鼓为低音鼓。



# (四)动作说明

1. 跳家组合

领舞者的动作:

准备 左肩挎鼓,自然站立(见图一)。

第一拍 右脚向右迈一步,左腿扣膝小腿外拐(见图二)。

第二拍 原位右脚跟踮一下。



图一



图二

第三拍 左脚落于右脚旁,右腿稍前抬,身稍仰。

第四拍 右脚于左脚旁跺地。

提示:左手扶在鼓边上方,右手按谱击前鼓面。

群舞者的动作:

第一~二拍 右脚向右迈一步,左腿屈膝后抬,身前俯。

第三拍 左脚落地,右腿前抬,身稍仰。

第四拍 右脚于左脚前跺地,双膝伸,身前俯。

2. 弹动步(见《跳木鼓房》)

## (五)跳 法 说 明

在新房前的空地上,男女相间围成一个圆圈,面向圆心,相互拉手或"扣肘",边舞边歌。三名男领舞者挎公、母、儿蜂桶鼓,在圈内围成小圈击鼓伴奏并领舞领唱。

先由领舞者击[跳家一]鼓点,同时领舞者与群舞者做"跳家组合",边跳边有节奏的呼喊。接着由领舞者之一领唱《跳家二》〔1〕至〔2〕,众男齐唱〔3〕至〔5〕,众女齐唱〔6〕至〔10〕。 全体随唱词做"弹动步"向右横移,逆时针方向行进。

按上述跳法,无限反复,兴尽舞终。

传 授 李岩板、陈倒嘎、卫生强 李叶茸、王江地、王岩芒

保赛块(以上均为佤族)

编 写 王世雄(彝族)、鲍志明(佤族)

彭成芳

绘 图 刘永根

资料提供 陈建华(傣族)、杨国进(佤族)

保永红(佤族)、杨赛亮

李强胜(佤族)

## 水 鼓 舞

### (一) 概 述

沧源班老乡一带的"蜂桶鼓舞",据说是随小乘佛教传入,已传了四代约一百多年。传说蜂桶鼓就是由小乘佛创始人戈耷麻传来的,故也称"佛鼓"或是"两面鼓"的。其舞大多在修整缅寺、纳新菩萨,上层头人聚会时以及欢度"开门节"、"泼水节"时跳。因其鼓有一个调音孔,每逢天气干燥音质变化,就从调音孔滴水进去调整合适的音响,这一带便称其为"水鼓",其舞也就称为"水鼓舞",佤语称"稿拱茸"。班老地区为何流行水鼓舞,民间有"十八王子舞蹈比赛"的传说:

一百多年前,佤山十八个部落都采纳了达赛玛"以舞蹈代替砍头祭祀"的主张,各个部落歌舞升平,生活美满。为推广和发展歌舞活动,十八个部落的头人商议,进行一次舞蹈大赛,优胜者将尊为十八个部落的老大哥。舞蹈大赛在南腊的焦山举行。评比的标准是:比哪个部落的舞跳得刚劲有力;比哪个部落的伴奏乐器花样多;比哪个部落的服装好看;比哪个部落的舞蹈者长得漂亮。

是日,众舞者分别由十八个部落的王子带领汇集焦山,在熊熊火光照耀下起舞,由十八个部落的王子共同评议。整整跳了十八天十八夜,剽牛十八头,杀猪十八头,杀鸡一百八十只,吃了辣子一百八十串,吃了大米一百八十箩。十八个部落的舞蹈个个刚劲,十八个部落的乐器各有特色,十八个部落的舞者个个漂亮。十八个王子争得面红耳赤,还是评不出优胜者来。这时,一位老者提议说:"谁做老大是由神决定的,还是问问神吧。"众人同意,于是找来一张篾桌,献上贡品,满桌放满米花。一个部落一个部落地跳,谁能把桌上的米花跳得飞起来,谁就是老大。十八个部落又开始轮流唱跳,一天过去了,两天过去了,十八个部

落有十七个跳了最美的舞蹈,桌上的米花还是没有飞起来。最后轮到班老部落了,班老王子选用了十六面大铓、四十八个钹(大、中、小各十六个)和若干个"水鼓"伴奏。一时间跺地声阵阵,歌声飞扬,铓声、锣声、鼓声震天响。篾桌上的米花飞了起来,班老部落得了第一。

水鼓舞的动作变化由打击乐伴奏者指挥,伴奏乐器除蜂桶外还有镲、铓等。其鼓不分公母,但一个鼓分"公面""母面",击鼓者左手掌鼓敲击的是"公面",右手持鼓槌敲击的是"母面"。双手配合巧妙,右重左轻,按节奏敲击。击铓击钹者与之配合,其声粗犷豪放,催人奋进。其舞步点、跺、踮、抬、踢、蹬不断变化;其身俯、仰、蹲、转幅度很大,热烈奔放豪迈至极。跳到兴起,击鼓者与击镲者对舞,拧身、转身灵活自如。每跳完一段,由一男性老人唱"门班老奖翁哈贡,打艾贡茸斤希拉儿,毛贡莫毛开哎巴永,落老如格翁毛贡打(班老地皮如鼓面,敲响水鼓人欢腾,鼓绳金子做,说话老实如鼓绳)"。水鼓舞的动作随意性较大,一般为拉手或扣手围圈,逆时针方向走动。

## (二) 音 乐

水鼓舞所用乐器有水鼓(蜂桶鼓)、镲、中铓、大铓。以下谱中" $X_0$ "为左手击鼓的小面(俗称公面),节奏型为XXXX,声响为"都";"X"为右手执槌击鼓的大面(俗称母面),声响为"冬"。

						ना	击		<b>休</b> 1	普					
中速 水 鼓									传授 记谱	王的	江地(佤	族) 族) 柘	国进(	佐井)	
水 鼓	$\frac{2}{4}$	X 4, -		X	X		X /	_	X ,,	X	X	x	X	X X	1
镲	24	x x		x	X	X	x	X	x	<u>x</u> _	<u>x</u>   x	x	<u>x</u> x	<u>x</u>	
中铓	24	X O		X	0	ļ	X	0	x	0	x	0	X	0	
大 铓	<u>2</u>	o x		0	X		0	X	0	X	0	<b>x</b>	0	X	
水鼓	[ X	X	ĺ	X z	X	1	Y		<b>Y</b> .	٧					1
镲	χ.	X		X	X	1	х х		λ% X	x	X %	- - x x	X <sub>4</sub>	, X	1
水 鼓 <b>你</b> 中 铓 大 铓 1214	x	0		X	0	1	x o		x	0	x	0	Y	0	1
大铓	0	x		0	X	İ	0 X		0	x	0	x	0	x	1
1214											'	'	-		I

水鼓	X 🖔	x	<b>X</b> .///	X	X	X	X 🍫	x	X	X	X 🦏	X	
								<u>x x</u>					
中铓	x	0	X	0	x	0	<b>x</b>	0	, <b>x</b>	0	x	0	
大 铓	0	x	0	X	0	X	0	x	0	x	0	X	

## (三)道 具

- 1. 水鼓及鼓槌 水鼓即蜂桶鼓。用长约 25 厘米的木棍作鼓棒,棒头裹布,棒尾扎布条。
- 2. 大铓、中铓 大铓直径 50 至 70 厘米,中铓直径 35 至 40 厘米 (均参见"统一图")。
  - 3. 镲(见"统一图")



鼓 槌

## (四)动作说明

#### 击水鼓者的动作

准备 右肩斜挎鼓带,使鼓置于身前,右手握鼓槌(见图一)。

第一~四拍 左脚向前跨一大步,右腿屈膝前脚掌擦着地拖于左脚后点地,同时上身逐渐前俯(见图二),左手碎击鼓至第三拍,第四拍右手槌击一下鼓。

第五~八拍 重心移至右脚,脚跟落地,上身渐直起稍左拧,目视左前下方(见图三)。 击鼓方法同第一至四拍。



图一



图 一



图三

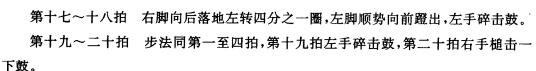
第九~十二拍 左脚向前蹬出以脚跟着地,重心前移,身渐前俯,同时右手槌击两下 鼓。第十一拍左手碎击鼓,第十二拍右手槌击一下鼓。

第十三拍 重心移至右脚,左腿屈膝前抬,右手槌击一下鼓。

第十四拍 左脚向前蹬出,同时右脚跟踮一下,右手槌击一下鼓。

第十五拍 左脚落地屈膝为重心,右脚屈膝后抬,上身前俯,左手碎击鼓(见图四)。

第十六拍 左脚跟踮一下,右手槌击一下鼓。



第二十一~二十三拍 动作同第五至八拍,左手碎击鼓。

第二十四拍 左脚向前蹬出,右腿屈膝,右手槌击一下鼓(见图五)。

第二十五拍 同第十五拍。

第二十六拍 左膝屈伸一次,右手槌击鼓。

第二十七拍 右脚向后落地,左腿屈膝前抬,左手碎击鼓。

第二十八拍 左脚向前蹬出落地,右腿屈膝后抬,身前俯,右手槌击一下鼓。

第二十九~三十一拍 右脚向右迈一步右转半圈,左腿屈膝后抬(见图六),右手槌击鼓两下,第三十一拍左手碎击鼓。



图 五



图 四

图六

第三十二拍 落左脚前脚掌于右脚前点地,右手槌击一下鼓。

第三十三拍 左脚向前上一步。右小腿后抬,右手槌击一下鼓。

第三十四拍 左腿屈膝,右脚落地顺势以前脚掌拖于左脚后点地,身前俯,右手槌击 一下鼓。

第三十五拍 重心移至右脚,左腿屈膝前抬,左手碎击鼓。 1216 第三十六拍 左脚向前蹬出落地,右腿屈膝,右手槌击一下鼓。

#### 舞镲者的动作

准备 双手握镲(见"统一图"),自然站立。

第一~八拍 脚的动作同击水鼓者动作的第一至八拍,双手按锣鼓谱击镲(以下双手 均按谱击镲,不复述)。

第九~十六拍 重复第一至八拍动作。

第十七~二十拍 右脚向前蹬出落地为重心,双腿屈膝,左脚跟踮起,身前俯,逐渐向左碾转四分之一圈(见图七)。

第二十一~二十四拍 重心移至左脚,身渐直起微仰。

第二十五拍 右脚向前蹬出,左腿屈膝。

第二十六拍 右脚落地,屈膝,身前俯,左脚前脚掌拖于右脚后点地。

第二十七拍 重心移至左脚,同时右腿微抬起。

第二十八拍 同第二十五拍。

第二十九拍 右脚落地,左腿微抬起,身左拧,目视左下方。

第三十拍 左脚向前蹬出,顺势向左转四分之三圈(见图八)。



图七



图八

1217

第三十一拍 左小腿吸回,右腿屈伸一次,身前俯。

第三十二拍 身直起,击镲一次。

第三十三~三十六拍 同第一至四拍。

## (五)跳 法 说 明

四名男舞者分别执水鼓、中铓、大铓、镲、围成圈边击乐器边跳舞。执铓者的动作与舞

療者相同,并按打击乐谱击铓,中铓击第一拍,大铓击第二拍;群舞者围绕领舞者站大圈, 面对圆心相互拉手,踏着节奏沿逆时针方向走"弹动步"。无限反复,兴尽舞终。

传 授 李岩板、陈倒嘎、卫生强

李叶茸、王江地、王岩芒

保赛块(以上均为佤族)

编 写 王世雄(彝族)、鲍志明(佤族)、彭成芳

绘 图 刘永根

资料提供 陈建华(傣族)、杨国进(佤族)、保永红(佤族)

杨赛亮、李强胜(佤族)

## 儿 童 舞

### (一) 概 述

儿童舞在佤族民间普遍流传,节目套路很多。

沧源收集到的儿童舞有《黄泡黄》、《花生跳》、《路平平》、《团团转》、《泉水流》、《卷叶子》、《拉手舞》等;西盟收集到的有《小红米长》、《抢"牛肉"》、《摘树果》、《下霜舞》、《卷叶子》、《小黑马》、《鹤鹑飞》、《高高的月亮》、《芒果树》、《蹦跳的小马》、《小马铃舞》、《荡秋千》、《采黄菌不采白菌》、《小花鸟》、《妈妈煮小豆》、《爸爸杀小鸡》、《蔬菜长》、《摘绿子果》、《岩两家的狗》、《漆黑的小淋果》、《黄精复》等。

沧源佤族儿童舞有的男女孩子皆跳,而《泉水流》和《卷叶子》则仅限于女童跳。这两种舞类似儿童游戏,但动作都在一定的节奏下进行。舞者限四人,每二人一组,轮番做不同动作,且唱且舞,唱舞结合和谐自然。其它舞则不分性别,不受人数限制,随时随地都可拉手或扣手围圈起舞,或是二人一对背靠背手扣手唱之跳之。

沧源儿童舞的动作与成人舞蹈动作相似,但动作力度远不如成人舞蹈有力粗犷,而显得轻巧、欢快、敏捷。基本步法以弹动走步、跺步、抬腿、踢脚、转身、双脚并跳等为多。每一个舞蹈组合都有节奏鲜明的儿歌歌曲,许多歌词类似艺诀,可以说明某一个舞蹈的特点。例如:《花生跳》中唱的"像花生一样一串串穿起来,像生姜一样一饼饼并起来。"《路平平》中唱的:"平地宽,平地宽,人从两边走,舞在中间跳。"《团团转》中的"围起来、又散开,像橄榄树一样扭起来。"都以形象的比喻说明了舞蹈的要领。

西盟儿童舞从内容上看,有反映友好往来、团结友爱的,如《小黑马》、《卷叶子》,有反映生产劳动的如《小红米长》、《摘树果》,有表现佤族儿童审美情趣的《鹌鹑飞》、《芒果树》,

还有像《抢牛肉》等,则又模仿成人生活的舞蹈。秋天,孩子们从旱谷地里挑出一根又粗又长的黄瓜,用四根竹棍插入瓜内当作牛的四肢,再采一株草插在瓜的一端当作"牛尾巴",众人围着喝采着,时时亮出小刀。当其中一人砍断"牛尾巴"时,大家就一涌而上抢割"牛肉",谁割到的最多,谁就会受到大家尊重。他们所模仿的就是佤族生活中过去盛行的"砍牛尾巴"活动。

西盟佤族儿童舞,不受地点时间限制,即兴唱舞,大家共乐。有的歌词有问有答,说、唱、跳结合。形式上多为圆圈舞,手的动作多为拉手、击掌,动作敏捷欢快,灵活多变,表现了佤族儿童天真、活泼、憨厚、诚实的性格。

## (二)代表性节目

### 黄泡黄

#### 简介

《黄泡黄》这个儿童舞蹈流传于沧源县,主要反映佤族孩子在山上采摘野果"黄泡"吃时的欢乐与嬉戏。舞蹈人数不限,但须双数。

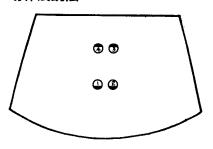
#### 音 乐

1220

传授 田叶拉(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

1=F 中速 活泼风趣地

#### 动作及跳法



儿童(①~④)四人分为甲、乙两组,两组面相对而立。甲组1号的右手搭在2号的右肩上,2号的右手在右肩处与1号的右手相拉,二人的左手在1号的小腹前相拉(见图一)。乙组做法同甲组。



图 —

两组人同时唱《黄泡黄》歌词,边唱边舞,动作如下:

第一~二拍 上右脚做左"一步踢"。

第三~四拍 退左脚做右"一步踢"。

第五~八拍 同第一至四拍。

第九拍 左脚向前上一步。

第十~十二拍 右脚在左脚旁跺地三下,左膝顺势伸屈三次(参见图一)。

第十三~十四拍 退右脚做左"一步踢"。

第十五~十六拍 上左脚做右"一步踢"。

第十七~二十拍 反复第十三至十六拍动作。

第二十一~二十二拍 退右脚做左"一步踢"。

第二十三~二十四拍 上左脚做右"一步踢"。

第二十五~二十八拍 反复第二十一至二十四拍动作。

第二十九~三十拍 上右脚做左"一步踢"。

第三十一~三十二拍 上左脚做右"一步踢"。

第三十三~三十六拍 同第九至十二拍。

按上述跳法,任意反复,尽兴为止。

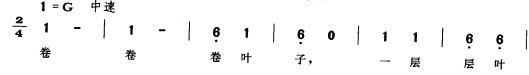
## 卷叶子

#### 简介

《卷叶子》是沧源佤族女童最喜爱跳的游戏舞之一。这个舞只限于四个女童跳。整个舞蹈呈现出轻松、欢乐、无拘无束的特点。

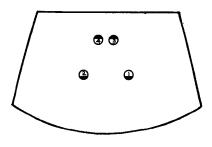
#### 音 乐

传授 白依相(佤族) 记谱 蝇志明(佤族)、杨国进(佤族)



1 1 | 6 0 | 巻 起 来。

#### 动作及跳法



女童四人分为甲、 乙组,两组面相对。甲 组一号的左手与 2 号 的右手上举相握,形成 "门"状,另一只手下 垂;乙组 3 号的右手搭



在 4 号的右肩上与 4 号的右手相拉, 4 号的左手搭在 3 号的左肩上与其左手相拉(见图二)。四人边歌边舞, 动作如下:

图二

第一~十四拍 大家双脚并拢同时向前蹦跳,一拍跳一下,乙组从甲组的"门"下穿过。

第十五~十六拍 手放开,两拍跳一下,两组同时向左转半圈仍成面相对。 两组交换位置后,各做对方的上述动作。如此任意反复,直至尽兴。

### 小红米长

#### 简介

《小红米长》是西盟县流行的儿童舞蹈,有唱有舞,有问有答,形式活泼生动,领舞者与群舞者相互逗趣,是较典型的儿童游戏舞。

#### 音 乐

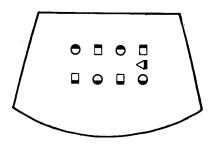
传授 娜 晃(佤族) 记谱 李云昌(白族) 译配 高立旗(白族)

1 = C 慢速 活泼风趣地

$$\frac{2}{4}$$
  $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$   $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$   $\frac{\dot{1}}{\dot{6}}$  | 6  $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$  |  $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$  | 6  $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$  |  $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$  | 6  $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$  |  $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$  |  $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$  | 6  $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$  |  $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$ 

$$\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$$
 6 6  $\frac{\dot{1}}{\dot{6}}$  6 6  $\dot{2}$   $\frac{\dot{1}}{\dot{6}}$  6  $\dot{2}$   $\frac{\dot{2}}{\dot{2}}$   $\frac{\dot{2}}{\dot{2}}$   $\frac{\dot{2}}{\dot{2}}$   $\frac{\dot{1}}{\dot{6}}$  6  $\dot{2}$  |  $\dot{2}$   $\dot{2}$ 

#### 动作及跳法



该舞有一位儿童(▽)领舞,跳群舞的男(□) 女(○)儿童人数不限,大家边唱边舞。

群舞儿童的动作:

准备 孩子们坐在地上,男童、女童二人一组 面相对,形成两排。每人双腿前伸,双脚距同肩宽, 双脚掌与对方的脚掌相靠,两手半握拳贴腰两侧,

#### 拳心相对。

第一拍 双手顺大腿向前推出至膝盖,然后十指张开手心向下擦着腿往回拉。

第二拍 反复第一拍动作。

第三拍 双手半握拳,拳心向前,左手抬至头左上方,右手至左肩前,随即手指张开,头向右摆,目视对方(见图三)。



图三

① 荞菜:即荞麦的嫩叶,可食。

② 此处音乐停,场上孩子们对白,对白完再接唱(31)。

第四~五拍 同第一至二拍。

第六拍 做第三拍的对称动作。

第七~十二拍 反复第一至六拍动作。

第十三~三十八拍 双手一拍一次在左、右耳前拍掌,头随手摆,目视相反方向(见图四)。

第三十九~四十四拍 边一拍一次拍掌,边站起来围成一个大圆圈,面向圆心站立。 第四十五~六十拍 继续拍掌,同时双脚"大八字步"位向右蹦跳,逆时针方向移动。 领舞儿童的动作:

第一拍 左脚跳进群舞第一组人的两脚中间,同时右小腿后抬,双手在胸前拍掌一次(见图五)。



图四



图 五

第二拍 右脚跳进第二组人的两脚中间,同时左小腿后抬,双手在胸前拍掌一次。

第三~十二拍 动作同第一至二拍,依次往下跳,跳过最后一组后再往回跳。

第十三~三十八拍 站在两排中间,手的动作与群舞者相同。

第三十九~六十拍 站在圆圈中间,动作同群舞者。

音乐停。领舞者与群舞者对白。

领舞儿童右手指一舞伴问道:"你背什么?"答: "我背鸡!"再依次问:"你背什么?"答:"我背米!""我 背菜!"问:"我背什么?"众合:"哎——哈!"

领舞儿童双手在左耳前拍一下掌,同时问一群舞者:"背箩箩?"答:"箩箩!"然后依次指问,回答相同。

众齐喊:"哎——哈!"同时领舞儿童插入圆圈,全体双臂互搭,双腿"正步半蹲"(见图六)。



图六

第六十一~六十八拍 全体齐唱,双脚并拢向右横跳,一拍跳两下,逆时针方向移动。 反复第六十一~六十八拍 双脚并拢向左横跳,顺时针方向移动。 1224 传 授 保叶红、田叶茸、白叶红 田叶拉、田叶改、李依松 肖叶弄、李叶南、娜 唤 (以上均为佤族)

编 写 鲍志明(佤族)、高立旗(白族) 彭成芳、王世雄(彝族)

绘 图 刘永根

资料提供 杨赛亮、钟成学(彝族)、保永红(佤族)

杨国进(佤族)、陈建华(傣族)、李 岳(蒙古族)

杨兆麒(白族)、陈慈忠、郑云志

杨丽萍(佤族)、李光祥(佤瓶)、杨 琴

尼 早(佤族)、孔玉玲(拉祜族)

## 叫 谷 魂 舞

### (一) 概 述

"叫谷魂舞"是一种敬祈丰收的祭祀舞蹈,在沧源的佤族村寨普遍流传。

这种舞一般在每年谷物成熟的前后进行。在谷物成熟之前跳这种舞,意思是将谷子的 魂叫回来,使它粒粒饱满获得丰收。谷物成熟之后跳这种舞,意思是将谷子的魂叫进家中, 不要让它走掉,争取来年更大的丰收。

每次叫谷魂,都有一定的祭祀活动。届时可以每户人家都举办,也可以由一村人中较富足的人家主持。做完叫谷魂的祭祀仪式,全村人就围着春臼,吹着谷杆跳叫谷魂舞。

叫谷魂要以鸡、猪作祭品。杀的猪多为小公猪;杀的鸡要一公一母成对,并要选毛色好看的,小红公鸡最宜。杀鸡杀猪均在主火塘边。是时,要请魔巴或有名望的老人来念咒,事后酬以鸡翅膀、鸡腿、鸡头,若杀猪就送腿子肉。这一天,全家男女都要着意打扮,意为不要让谷魂看到你家很穷,不愿意回家。男主人在主火塘边呼叫,女的敲铓锣,意为呼唤谷魂回来,部分亲友到地里或田里拿回一点谷物蔬菜,然后用谷杆做成哨(当地称"毕糯")吹着回来。到了寨外,大叫"谷杆回来了,主人家拿水酒来喝……"主人就下竹楼接"谷魂",在火塘边吹奏毕糯,边念咒语:"来……来呀,来……谷魂,你从河那边来,你从沟那边来,我们请你回来。下雨天我们给你搭好桥,烈日下我们给你盖房子。来……来呀来……谷魂,我们用绳子牵你回来,不要留在树林中,也不要留在坡头,我们请你回来。不要留在坡头,不要留在坡脚,也不要留在树林深处,怕你落进深深的水潭,又怕你日晒雨淋,又怕你留在别人的寨子,离佤家远走,我们要请你回来。我们保护你不让虫吃牛踏,我们保护你不让老鼠糟踏。来……来呀,来……谷魂,像葫芦水一样满满地回来,回到我们仓库里,把粮仓挤满,把谷笋挤裂,把窗子挤破,一直挤到大梁上,让我们吃不完。来……来呀来……谷魂,我们为1226

你请客吃饭、唱歌跳舞,你就随着我们的歌声,高高兴兴地回家来吧,来……来呀,来……谷魂。"

咒语念完以后,大家便到场院里,围着春臼,边吹毕糯边跳舞。此舞的动作较简单,一步一跺,扭头摆身,双手捧着毕糯的末端一张一合起共鸣作用。若在一旁吹奏,可以用瓶罐、春臼等物作共鸣之物,其韵律十分优美。

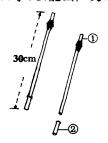
## (二) 音 乐

传授 李依捏(佤族) 记谱 鲍志明(佤族)

叫谷魂舞音乐分器乐曲和演唱部分。乐器是毕糯(一种用谷杆自制的简单的佤族民间吹奏乐器),双手轻轻合拢,靠双手的开合使谷杆产生共鸣,演奏出优美、古朴、浑厚的旋律,边吹边舞。演唱时无乐器伴奏,边唱边舞。

### (三) 道 具

1. 毕糯 用长 30 厘米左右的谷杆做成。制作方法:取湿谷杆大小两节,去掉节疤,小节用以做吹管,大节套在吹管尾端起共鸣作用。吹管长度以一节谷杆去掉结疤为准,大节较短。吹管在离吹嘴 3 厘米处划开口子,以能出声为准。



毕 標 ①吹嘴 ②共鸣僧

2. 春臼 春米用具,用一段粗木挖制。

## (四)动作说明

- 1. 毕糯的吹法(见图一)
- 2. 划圆步

做法 站右"丁字步",两脚一脚距,双膝屈,身前俯,双手执毕糯伸向臼心吹奏,右脚一拍一次由右前向左划圆至左脚旁,同时,左腿先屈后伸,一拍屈伸一次,称为右"划圆步"(见图二)。对称动作称左"划圆步"。

#### 3. 直身跺步

第一~二拍 身微仰,执毕糯吹奏,双膝屈,右脚在左脚前跺地两次,目视前方(见图 三)。





图二



图三

图一

1228

#### 4. 俯身跺地

第一~二拍 身前俯,双手捧毕糯伸向臼心吹奏,右脚在左脚旁跺地两次。

#### 5. 跺地走步

第一拍 右脚向右跺地,同时左小腿后抬,身前俯,双手执毕糯于臼外吹奏(见图四)。

第二拍 左脚向后踏一步,身稍直,右脚稍前抬,吹奏毕糯。

#### 6. 跺步蹲

准备 双膝屈,身稍前俯,执毕糯。

第一拍 右脚向右跺地,同时身直起。

第二拍 左脚往右脚后踏一步,同时身前俯,将毕糯伸向臼心吹奏。

#### 7. 双膝弹动

第一~二拍 右脚向前跺地,身前俯(见图五),同时双膝一拍屈伸一次,上身随之慢慢直起稍仰(见图六)。



图四



图五



图六

第三~四拍 重心移至右脚,双膝继续屈伸,身慢慢前俯。

#### 8. 弹动横移步

准备 相互手拉手。

第一拍 右脚向右横走一步,同时身前俯,左腿屈膝后抬,双手向后微摆(见图七)。

第二拍 左脚靠于右脚旁,身直起,双手向前微摆。

#### 9. 屈膝跺地

第一~二拍 双膝屈,身直起,右脚在左脚前跺地两次,双手 一拍一次前后摆动。

#### 10. 单跺走步

第一拍 右脚向右前上一步,左小腿后抬,身前俯。

第二拍 左脚上于右脚前跺地。

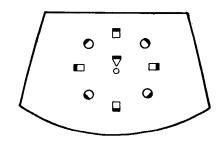
第三拍 左脚后退一步,身直起。

第四拍 右脚在左脚前跺地一次。



图七

### (五) 跳 法 说 明



男(□)女(○)舞者面对春臼(○)围成圆圈,相 互手拉手,一女子(▽)双手捧毕糯站在圈内春臼旁 吹毕糯领舞。

#### 《叫谷魂曲》

〔1〕~〔8〕 领舞者做右"划圆步"八次接左"划圆步"八次;众舞者做"弹动横移步"六次,接"屈膝跺地"两次。

- 〔9〕~〔10〕 **领舞者做"直身跺步"接"俯身跺地";众舞者做"单跺走步",**逆时针方向前进。
  - 〔11〕~〔12〕 领舞者做"直身跺步"两次;众舞者做"单跺走步"。
  - 〔13〕~〔14〕 领舞者做"跺地走步"两次;众舞者做"单跺走步"。
  - 〔15〕 领舞者和众舞者同做"俯身跺地",众舞者双手后摆。
  - 〔16〕~〔19〕 同做"跺步蹲"四次,众舞者双手前后悠摆。
  - [20]~[25] 同做"双膝弹动"三次。
  - 〔26〕~〔29〕 领舞者做"直身跺步"、"俯身跺步"各两次;众舞者做"单跺走步"两次。
  - 〔30〕~〔33〕 领舞者做右"划圈步"八次;众舞者做"单跺走步"两次。

## (六) 艺人简介

李依捏 女,佤族,生于 1942 年,临沧地区沧源佤族自治县董镇弯岗村人。她是当地吹奏毕糯,跳叫谷魂舞的领舞者,1984 年曾参加全县农村业余文艺汇演,演唱佤族民歌及演奏毕糯。

传 授 李依捏(佤族)

编 写 鲍志明(佤族)、王世雄(彝族)、彭成芳

绘 图 刘永根

资料提供 李根祥

## 丧 葬 舞

"丧葬舞"是佤族祭奠亡人或者敬祈"鬼神"时跳的祭祀性舞蹈,有娱神娱鬼之功能。

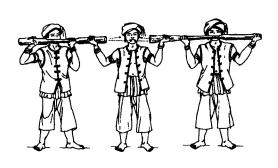
佤族信仰"万物有灵"的自然崇拜,其"鬼神"的概念就是各种"精灵"和抽象的自然力量。他们认为鬼神的种类很多,有水鬼,有火鬼,有树鬼,有谷子鬼……人死后也要变成鬼。鬼神世界也和人一样,各种鬼神都要吃,要穿,要生产,也有家庭和家属。鬼神中分有大小,但没有隶属关系,大鬼管大事,小鬼管小事,各种自然现象皆由鬼神管理。所以,人们不论干什么事都要告知鬼神,遭遇"灾祸"都要"做鬼"求助,求神鬼启示做什么事才会得福免灾。因此佤族的宗教活动十分频繁。遇有天灾人祸要"做鬼",有了疾病要"做鬼",一应大小事都要"做鬼"看卦。从事这些活动都要边歌边舞,以之迎神、驱鬼、祈祷丰收、祈求人畜平安。

人死后要"做鬼",一是为驱邪,二是让死者灵魂得到娱乐,让他到另一个世界有吃不完的米,穿不完的衣,享不完的欢乐。"做鬼"活动中跳舞,不仅有祈求死者保佑赐福作用,而且还能表达生者对死者的怀念崇敬之情。因此佤族每有丧葬,都离不开歌舞活动。

佤族丧葬舞除以下介绍的《臼棒舞》、《棺材舞》、《春碓舞》之外,还有《扫帚舞》、《捣耳朵》、《乌鸦舞》(参见"示意图")以及《摇篮舞》等。



《扫帚舞》示意图



《捣耳朵》示意图

《扫帚舞》流传在西盟县小马散村。他们说:"跳《扫帚舞》能清除邪恶,把鬼赶走"。因此在人死(不论贫富)的第二天至埋葬前,就在死者家屋内跳扫帚舞。跳《扫帚舞》一般由三四人组成,每人拿一把竹制扫帚,站成三角形或正方形,双脚并拢,屈膝半蹲,边扫边跳,时而对穿,时而轮流交替进行。《扫帚舞》平时禁跳,丧事时也只是一些老艺人表演。



《捣耳朵》流传于西盟县小新寨。是较富裕的人死后,剽牛祭祀(做鬼)时才跳,地点限制在死者家旁空旷的剽牛场地上。《捣耳

乌鸦舞示意图

朵》三人表演,全为成年男性。甲、乙两人站成一横排,双手各横握一根臼棒抬至肩平。另一人立于二人中间,双手分别握住甲、乙臼棒的一端,用力拉开、合拢相撞,在自己的颈前脑后撞击,一拍一次,越敲越烈,反复进行。以此娱神驱鬼,"欢送"死者一路平安。

《乌鸦舞》流传在西盟县岳宋村。是头人死或有影响的老人亡后,在剽牛祭祀至埋葬前跳的祭奠舞蹈。由成年男性表演,在死者家旁的场地上表演。《乌鸦舞》据说源于岩城,属佤族祖传。他们说:"人死了,乌鸦也会飞来复去地呻吟:'啊!啊!啊!'象哭一样的凄凉。我们跳《乌鸦舞》就是为了表达生者对死者的哀悼和悲痛心情。"

《乌鸦舞》分一人和四人表演的两种形式。一人表演的《乌鸦舞》舞者全蹲,头披一块自织的毯子,拉起左边的一角用一根小棍撑起,斜插在头顶上(似乌鸦下嘴壳);拉起右边一角,再用一根小棍撑起咬在口中(似乌鸦的上嘴壳)。表演者利用自己的牙和嘴唇将口中的棍子上下抖动,口学鸦鸣"啊!啊!啊!"一拍一步前后左右走动。四人表演的《乌鸦舞》时,用一根碓杵直插在臼窝中,三人围臼扶住碓杵,一人用毯子折成垫褥,放在碓杵上端,小腹紧贴垫将人支撑起来,尔后伸开双臂一拍一次舞动,似乌鸦飞翔,口鸣"啊!啊!啊!"(参见"乌鸦舞示意图")。

《摇篮舞》佤族称"勇仁",是一种丧葬舞蹈。相传原于岩城,传入西盟岳宋、小新寨一带已有近百年。他们说,跳摇篮舞能把"死神"、"凶鬼"远远地抛掉。故丧事期间,成年妇女特别喜爱跳摇篮舞。《摇篮舞》是在报丧的第二天至埋葬前在死者的屋内表演,用四根绳子把一块棉毯的四角拴起吊在室内的屋架上,把一个小孩(不分性别)放在"摇篮"里,两边各站一排人,面相对站立,双手轻轻摇动"摇篮",齐唱《摇篮舞曲》:"摇呀摇,摇呀摇,把他(鬼)往外推掉,……把他(鬼)往远远的地方推掉"。舞者两脚一前一后,重心随节奏前后移动。

(执笔:王世雄 绘图:赵拉拉)

## 臼 棒 舞

### (一) 概 述

《臼棒舞》流行于沧源西盟等县,因用臼棒与竹竿相击的响声伴舞而得名。

关于《臼棒舞》的由来,民间传说是这样:很久以前,人们过着衣不遮体、食不果腹,迁徙不定的原始生活。后来,有一个名叫"达惹刚"的人发明了住房,人们才开始安居乐业。达惹刚死后人们便编了《臼棒舞》缅怀他的功绩。以后成为习俗,但凡村寨里较富裕或有影响、有威望的老人死后,全寨人举行一次《臼棒舞》,祭拜和娱乐死者灵魂,以求祛灾赐福。

老人死后,全寨人停止生产劳动三至五天,人们都要去看望死者、守灵。有的唱歌赞颂死者生前功德,有的跳舞欢送死者灵魂,以寄托哀思。他们说:"人虽然死了,但灵魂不死,它到另一个世界同样离不开歌舞,所以我们要唱歌跳舞欢送它。"臼棒是佤族春米的工具,用臼棒伴奏,死者灵魂到了另一个世界就有吃不完的米,穿不完的衣。竹子是佤族人盖房和生产生活不可缺少的东西,敲竹竿为死者送行,死者在另一个世界就会有好竹楼居住,有好器皿使用。铜铃伴奏犹如马铃叮当,死者到另一个世界一定会"当官"骑"高头大马"。

这个舞都在报丧后的第二天至埋葬前,在死者家旁的空旷场地上进行,男女老幼均可参加。击竹竿臼棒者为双数(大多为八人),舞者单双均可,既可一人表演,也可分组进行,随着臼棒击竹竿的节奏反复跳。舞前,先把两根长五至十米的大竹子平行放在地面,两竿相距一米左右。击臼棒者面对面分别蹲在两竹竿外边,每两人握一对臼棒,以之击竿或臼棒相击,发出不同的声音为舞者伴奏。舞者则利用两个臼棒相击的间隙在臼棒间来回跳动。沧源岩帅一带的跳法是:舞者手持铜铃,单腿跳入臼棒之间,从竹竿的这一端逐步跳入另一端。马铃声与臼棒、竹竿的敲击节奏十分吻合。

西盟佤族《白棒舞》有"蚂蚁舞"、"数家谱"、"斑鸠舞"、"豹子舞"、"画眉跳脚舞"和"竹竿舞"等六套动作。这些舞蹈腿部动作基本一致,主要区别在手部动作和道具上。跳"蚂蚁舞"时舞者肩披棉毯,双手撑开棉毯,象征蚂蚁翅膀,边跳边颤动全身,似飞蚂蚁抖动双翅。

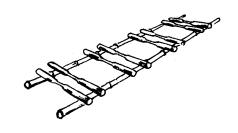
《臼棒舞》动作轻快、灵活,节奏感强,要求舞者要高度集中,与击竹棒者配合紧密,否则就会夹着双脚。

## (二) 音 乐

本舞无乐器伴奏,由舞者手执铜铃边击边舞,执臼棒者不舞,坐于场地中央击打臼棒与竹竿。下列铜铃谱中 " $\chi$ " 为抖动铜铃,臼棒谱中 " $\chi$ " 为与竹竿相击, " $\chi$ " 为两根臼棒相击。

## (三)道 具

- 1. 竹竿 每根长 5 至 10 米。
- 2. 臼棒 木制,长 120 厘米。
- 3. 铜铃 高约 10 厘米,直径约 8 厘米 (见"统一图")。



竹竿与臼棒

### (四)动作说明

- 1. 捧铜铃 双手捧铜铃于身前(见图一)。
- 2. 跺步吸腿

第一~二拍 右脚向右跺地两次。

第三拍 右脚收回左脚旁,同时左腿前吸。

第四拍 左脚原位跺地一次。

3. 跳步吸腿

做法 左脚向左跳一步,右腿前吸,称左"跳步吸腿"(参见图一)。对称 动作为右"跳步吸腿"。

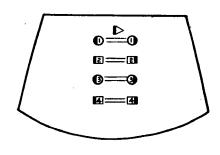


做法 左脚向右跳一步右转半圈,右腿顺势前吸。



图 -

## (五) 跳 法 说 明



击臼棒者男(□)女(○)各四人,分成 1、2、3、4 号四个组,每人双手各执臼棒的一端,成面相对的两 排**蹲**或跪在地上击竹竿为舞者伴奏(见图二)。舞者 (▽)站在1号组的臼棒处,右肩对臼棒起舞,手中铜 铃随舞步按谱中所示摇动。

#### 击打点

- 〔1〕~〔4〕 舞者做"跳步吸腿"两次。
- 〔5〕 做一次右"跳步吸腿"跳进1号 组两根臼棒之间。
- [6]~[7] 向右转半圈,做左"跳步 吸腿"跳进 2 号组两根臼棒之间,再向左 转半圈,做右"跳步吸腿"跳进 3 号组两根



图二

臼棒之间。

[8] 第一拍,做右"跳步吸腿"跳进 4 号组两根臼棒间;第二拍,做"跳步转身"跳出 4 号组的臼棒。

反复[3]~[8]两遍

- 〔3〕 舞者站在 4 号组的臼棒处,右肩对臼棒,双脚并拢原位跳两下。
- 〔4〕 第一拍,双脚并拢跳进4号组两根臼棒之间;第二拍,做右"跳步吸腿"向右跳出4号组臼棒。
  - [5]~[6] 双脚并拢原位跳四下。
- 〔7〕 第一拍,双脚跳进3号组的两根臼棒间;第二拍,做右"跳步吸腿"向右跳出3号组的臼棒。
- 〔8〕~第二遍〔3〕~〔7〕 按〔5〕至〔7〕的规律,动作不变,先后跳进2号组、1号组的两根臼棒之间再跳出,只是最后一拍跳出1号组臼棒时做"跳步转身",恢复起舞时的右肩对臼棒位置。
  - 〔8〕 右脚在左脚旁跺地两次。

按上述跳法,无限反复,直至尽兴。也可换另一人上去跳。

传 授 娜 贡、岩三太、岩产朵、岩板朵、李 勇、岩党杜、岩板来、岩 伞 岩 勒、岩 来、岩 真、娜 景 赵俄嘎、田依茸、鲍正荣、保沐税保沐京、尼 端 (以上均为佤族)

编 写 王世雄(彝族)、高立旗(白族)、鲍志明(佤族) 彭成芳、杨謇亮

绘 图 刘永根、钟成学(彝族)

资料提供 尼 早(佤族)、李云昌(白族)、孔玉玲(拉祜族)、 郑云志、杨兆麟(白族)、李 岳(蒙古族)、 李学宏(佤族)、杨丽萍(佤族)

## 棺 材 舞

### (一) 概 述

"棺材舞"流行于西盟、沧源等县。它的产生与佤族"祖先崇拜"和"事死如事生"等观念分不开,佤族老人说,"活着爱唱爱跳,死了也要歌舞伴随。"佤族群众认为:人死了不宜哭, 哭声在死者听来好像乌鸦叫,不吉。以唱代哭既可安慰死者亲属,也可告慰死者灵魂,以为是欢送他,使之高兴。

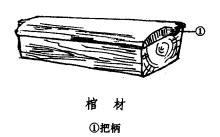
西盟棺材舞在死者入棺前跳,但一般要死者是老年人或是有名望有影响的人时才跳。 从报丧开始就以击棺木伴奏进行舞蹈,直至尸体入棺才停止。其舞贯注着狂放、深沉的感情。由三至四名男性成年人表演,其余围圈舞者人数不限,大多是死者生前好友或舞伴。两个击棺者分别蹲在棺木两端,右手握住棺盖把柄,左手掌击打棺木。舞者一至二人站在棺木两侧。舞步为走步、跺步、跨步(从棺木上越过),双手自由小摆动。此舞在死者家屋旁场地上进行,一般要跳三至四天。

## (二) 音 乐

本舞无乐器伴奏,舞者随击打棺木盖的声响起舞。击棺木者二人(不舞),右手扶棺木柄,左手掌击打。这里所记录的是击棺木的节奏:

## (三)道 具

棺材 将粗树干挖空即成棺材,棺材上加盖,盖上两端有把柄。



## (四)动作说明

#### 1. 弹动步

做法 每拍一步,起左脚向右横走,双臂下垂随步伐前后摆动。步法要求见《跳木 鼓房》。

#### 2. 跨跳步

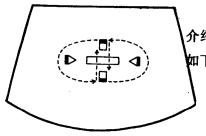
第一~二拍 右脚向右跨跳一步,从棺材上跨过(见图一)。



图

第三拍 左脚靠于右脚旁。 第四拍 右脚原地踏一步。

## (五) 跳 法 说 明



四名成年男子如图示围着棺材(□),二人(▼)按乐谱介绍的节奏击棺;另二人(□)目视棺材踏着击点起舞,跳法如下:

- 〔1〕 右脚原位跺地,一拍跺一下,共跺两下。
- 〔2〕 原位左脚跺地两下。

〔3〕~〔12〕 做"弹动步"逆时针方向走半圈二人换位。

〔13〕~〔14〕 左转四分之一圈二人面相对做"跨跳步"从棺材上跨过,各回至原位。 反复〔3〕~〔14〕两遍 动作同〔3〕至〔14〕。

然后再从头反复。

其余众舞者面对棺材围成大圈,始终做"弹动步"逆时针方向移动。

传 授 岩 伞、岩 勒、娜 景(均为佤族)等

编 写 高立旗(白族)

绘 图 刘永根

资料提供 尼 早(佤族)、孔玉玲(拉祜族)、钟成学(彝族)等

## 春 碓 舞

### (一) 概 述

佤族至今尚用碓杵舂米,在日常生活中,姑娘们三五成群地围着碓窝舂米是常事,但 跳"舂碓舞"却有一定的场合。

春確舞原来只在建盖大房子、拉木鼓、剽牛祭祀、头人亡故或村中有威望的人死时才跳此舞。男女青壮年均可参加,人数四或六人为宜,也可二或八人表演。舞者每人握一臼棒,围着盛有谷物的碓窝而立。举杵时身子后仰,捣米时身子成弓,你起我落,并以碓杵击臼的边沿,或一组捣米、敲击,另一组挥杵舞蹈,交替轮流进行。其风格特点朴实大方,热烈奔放。充分表现了佤族人民热爱劳动,热爱生活的纯朴感情。建国后,逐步突破了以上场合的限制。丰收时节,姑娘们相互帮助捣米,明月下春碓取乐都跳此舞。

春確舞源于劳动,由平时的春米动作提炼而成。捣米时腰部动律很强,前俯后仰,舞姿优美。杵臼相击发出"嘭、嘭"的声音,停顿休息时,碓杵放在臼窝旁又发出了"哒,哒"的音响。构成了一曲佤山独特的丰收乐章。经过人们长期的劳动实践,不断完善使之规范化而流传下来,就形成了佤族人民喜闻乐见的春碓舞,至今久跳不衰。

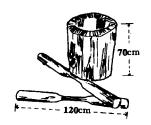
## (二) 音 乐

本舞无乐器伴奏,由四名舞者手执臼棒敲击碓臼,边击边舞。以下乐谱中,"x"为春臼心;"x"为直击臼的口边;"x"为横敲臼的口边;"x"为横撞臼身。

相状 
$$\frac{2}{4}$$
 X 0 | X 0 |  $\frac{\hat{x} \times \hat{x}}{\hat{x}}$  0 |  $\frac{\hat{x}}{\hat{x}}$  0 |  $\frac{\hat{x}}{\hat{$ 

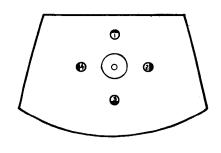
## (三) 道 具

- 1. 碓臼 即春臼。用树桩挖成。
- 2. 臼棒 用木棒削制,总长 120 厘米。



碓臼与臼棒

## (四) 动作及跳法说明



女舞者(○)人数不限,以四人为例(以下简称 1、2、3、4 号),每人双手握一根臼棒,如图示围碓臼(◎)站立。四人各按乐谱用臼棒分别击碓臼的各部分。凡直吞碓臼时,身随之前俯后仰,横击碓臼时,身旁倾呈三道弯姿态。眼睛始终视棒击点。四人动作分别如下。

#### 1号的动作

第一拍 站"正步",身前俯,用棒直春臼心(见图一)。



图 —

第二拍 仰身举棒,双膝前顶,上身后仰(见图二)。

第三~四拍 反复第一至二拍动作。

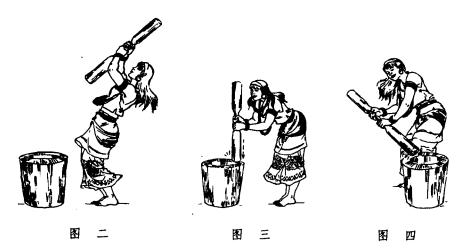
第五拍 用棒直击臼口边(见图三)。

第六拍 仰身举棒。

第七~八拍 反复第五至六拍动作。

第九~十二拍 同第一至四拍。

第十三拍 右转四分之一圈成"正步半蹲",身前俯右倾出左胯呈三道弯姿态,同时用棒头敲臼口边(见图四)。



第十四拍 静止。

第十五~十六拍 反复第十三至十四拍动作。

第十七~二十拍 同第一至四拍。

第二十一拍 双脚原位向右跳转半圈,同时两手将棒向左捅出,身体姿态同第十三拍 (见图五)。

第二十二拍 双脚原位跳一次,同时两手换把做第二十一拍的对称动作。

第二十三拍 双脚原位向右跳转半圈,同时两手换把,用棒头撞臼身(见图六)。



图五



图六

第二十四拍 保持舞姿不动。

第二十五~二十八拍 同第一至四拍动作。

#### 2号的动作

第一~四拍 握棒站立不舞。

第五~二十八拍 同1号的第一至二十四拍动作。

#### 3号的动作

做法 手的动作基本与1号相同,1号前一拍击臼的某部位,3号于后一拍击臼的同样部位;脚的动作同1号,即第十三拍向右转四分之一圈,第二十一拍双脚向右跳转半圈,第二十二拍双脚原位跳一次,第二十三拍双脚向右跳转半圈;其中第二十一至二十二拍手动作亦同1号。

#### 4号的动作

第一~四拍 握棒站立不舞。

第五~二十八拍 同 3 号的第一至二十四拍动作。

然后全体从第五拍动作反复,可反复多遍。

传 授 娜 贡、岩三太、岩产朵岩板朵、李 勇、岩党社岩板来、岩 伞、岩 勒岩板来、岩 真、娜 景赵俄嘎、田依茸、鲍正荣保沐税、保沐京、尼 端(以上均为佤族)

编 写 王世雄(彝族)、高立旗(白族)、鲍志明(佤族)、 彭成芳、杨赛亮

绘 图 刘永根、钟成学(彝族)

资料提供 钟成学(彝族)、尼 早(佤族)、李云昌(白族)、 孔玉玲(拉祜族)、郑云志、杨兆麟(白族) 李 岳(蒙古族)、李学宏(佤族)、杨丽萍(佤族)

# 纳西族舞蹈

主 编 和寿春(纳西族)

副主编 秦国华

编 辑 杨跃文(纳西族)

张 信(纳西族)

责任编辑 丁 超



## 纳西族民间舞蹈概况

云南省纳西族居住在丽江、中甸、宁蒗、永胜、剑川、兰坪、维西、贡山、德钦、鹤庆等地。 主要聚居地丽江纳西族自治县在云南省西北部,境内玉龙雪山巍巍、金沙江水滔滔,是个 美丽富饶、古老神奇的地方。

纳西族古时称"么些"、"纳日"、"纳西"等,中华人民共和国建立后,根据本民族人民的意愿,确定"纳西"为统一的族称。

纳西族是一个历史悠久的民族。1960年在丽江纳西族自治县金山乡漾西木家桥发现了三根人类股骨化石,属智人阶段,定名为"丽江人"。近几年,在丽江县的金沙河谷和丽江坝子和大东、巨甸等地发现大批石斧、石凿等石器,还采集到红铜斧和青铜剑等铜器。

纳西族居住的金沙江上游地区,峰奇谷秀,气候宜人,物产丰富。纳西族与汉、藏、白、 彝等民族杂居,和睦相处。

纳西语属汉藏语系藏缅语族彝语支。早在一千多年前,纳西族创造了象形文字"东巴

文",后来有了音节文字"哥巴文"。用这些文字记下了许多民间神话、传说故事、民歌、经典。1957年,中国共产党和人民政府帮助纳西族设计了字母形式的文字方案,1958年国务院正式通过了"纳西族拼音新文字"。由于纳西族与汉、藏、白、彝等兄弟民族杂居,长期交往接触,纳西族中很多人会讲两三种语言。明代以前就有汉文学校,有一批用汉文创作诗文的文人,汉语文已成为纳西族社会生活中交际的工具。

纳西族有多种宗教信仰。本民族普遍信奉的是东巴教,同时也信仰藏传佛教,汉传佛教,道教等,有的还信奉"三朵"本主神灵。

"东巴教"是纳西族的主要原始宗教。奉"丁巴什罗"为始祖,它的巫师称为"东巴"。东巴教用象形文字书写经书,叫"东巴经"。东巴教没有系统的教义,没有寺庙,没有统一的组织。东巴教信仰和宣扬"万物有灵、灵魂不灭"的思想。充当东巴者多为劳动人民,不脱离生产。东巴一般是世袭相承,也有拜师收徒者。东巴教尚未出现凌驾于一切东巴之上的教主。东巴的宗教活动涉及纳西族人民日常生活的一切方面,如祭天、祭祖、丧葬、命名、节庆、求寿、祈年、占卜、治病、驱邪等。吟唱咏诵经文及跳东巴舞是其活动仪式中主要形式。

东巴所用象形图画文字,距今约有一千多年的历史。东巴教徒用东巴文书写了约一千五百多种经书,流传下来的约有二万册。这些卷帙浩繁的经书,记录了纳西族先民政治、经济、文化、军事等一切活动,也记录了人与人,人对自然的认识理解和一些朴素的哲理,是研究纳西族社会历史、宗教哲学、天文地理和文学艺术及人类造字规律的重要宝藏。

丽江县境内的藏传佛教(喇嘛教),有福国寺,文峰寺等八大寺,寺内喇嘛基本上是纳西族,有较雄厚的经济基础和政治背景。纳西族地区藏传佛教寺庙的组织和喇嘛的等级与藏区相同。

汉传佛教和道教,于元代传入。建有"和尚庙",僧侣有大量土地,在民间有一定影响。 但经济和政治势力不及藏传佛教。

天主教和基督教也有传入,建有教堂,纳西族中信徒不多。

纳西族的民间文学丰富多采。有原始古歌、叙事长歌和歌谣。从民歌的内容看、分为情歌、儿歌、仪式歌、劳动歌、时政和母亲之歌六大类。还有神话传说、故事、寓言、谚语、谜语等。明清以后,丽江地区的纳西族接受了京剧和滇戏,有了民间剧团和专门的戏台。赶庙会、祭龙王和春节等吉庆节日都演戏。

纳西族民间流行的曲调有在山上或田野自由抒情的独唱"古气";有二人对唱集体相和的"久蹉圭"、有结婚时老人合唱的"四喂喂";有男女青年低声吟唱的"时本";有用口弦表达思想感情的"口弦调";还有边歌边舞的曲调"哦忍仁"、"窝默达"、"呀哈哩"、"仁尺踔"等。纳西族还有著名的大型古典乐曲"白沙细乐"和"丽江古乐"。

白沙细乐相传有六、七百年的历史,由八个独立的乐章组成,具有较高的艺术价值。丽 江古乐约在明代随佛教、道教同时传入,几百年来,经纳西族人民加工改编形成为纳西族 1248 民间广为流传的洞经音乐。这部古乐已形成了汉族和纳西族的音乐相溶合的独特风格。

纳西族的绘画是金沙江上游少数民族的艺术珍宝。丽江白沙壁画被云南省人民政府列为省级重点保护历史文物。史书记载白沙壁画是明代佛教、道教、喇嘛教文化在丽江相溶的结晶,由纳西族、藏族、汉族、白族等民族画家于明代至清初近三百年间陆续创作完成。具有用笔严谨,色彩富丽,造型准确的特点,其中还有古代乐舞图。纳西族的东巴画,内容多属宗教绘画,有长达十几公尺的帛、麻布画卷,有木牌画、纯棉布轴卷画等。具有用笔粗犷有力,色彩富丽,明暗对比强烈的特点,其中有朴实生动、维妙维肖的东巴舞姿态,再现了古代东巴舞及服饰、道具等原貌。

纳西族的节日有:

"弥老会"(俗称棒棒会)。于农历正月十五日举行。这天,原是木氏土司请喇嘛念经跳神,超度祖先的盛会,后来逐渐演变为交流竹木农具的交易会。当天,丽江古城大街小巷成了竹木农具花卉的市场,市民要买上一两样木棒、吹火棍、花卉等,以求吉利。如今已从一天改为三天的盛会。

"祭天节"。分为农历正月大祭,七月小祭。相传纳西族祖先衬红褒自命从天上下凡, 开天劈地,为此纪念她的功德。

"北岳庙会"。农历二月初八,祭纳西族的保护神"三朵"。纳西族的三朵,被尊崇为民族英雄。南诏封神,将丽江玉龙雪山封为北岳。在雪山脚下的北沙村建有北岳庙,内供三朵神像,玉龙雪山就是三朵的化身,是民族精神的象征。纳西族人民以此世代纪念他。木土司统治时期,每年都亲自参加祭祀,念"北岳诰"经文,奏洞经音乐。现丽江纳西族自治县将农历二月初八定为民族节日——"三朵节"。届时,有盛大的歌舞表演。

中甸县三坝乡、东坝乡、哈巴乡的纳西族过"二月八"。这天居住在周围百里的纳西族都聚集白水台,举行"千鸡宴",以祭龙王。举行赛马活动,载歌载舞一整天。三月十五日是"龙王庙会"。在丽江黑龙潭,既是纳西族祭龙王的节日,也是滇、川、藏各族人民的物资交流大会。"七月骡马物资交流会",于农历七月中旬在丽江狮子山下举行。会期七至十天,以牲口交易为主。届时,滇、川、藏交界地区的藏、白、彝等各民族,携带土特产品到丽江出售,买回著名的丽江马、铜器等。会期还举行赛马,跳舞对歌,唱戏等文娱活动。

纳西族的住房,山区还保留有木楞楞或板板房。坝区多数是"三房一照壁","四合五天井"或"一进两院"(四合院加两面厦的花园),经济条件较好的还有雕龙画凤的精美雕刻工艺,并普遍喜养花。

丽江纳西族的婚姻早已实行一夫一妻制的父系家庭,同姓可以通婚,但同宗则禁止通婚。离婚情况极少。古时,纳西族有"抢婚"的习俗或因男家清贫送不起财礼,或怕变故,也有双方暗中商定而抢婚。青年男女婚前恋爱自由,结婚却不自由。新中国建立前,恋爱时不能挨近,中间相隔水沟或刺蓬,用弹口弦、唱调子的方式传情,很少有自由恋爱的青年男

女配为夫妻的,婚姻照样是"父母之命、媒妁之言"。新中国成立后,实行自由婚姻。

纳西族舞蹈有悠久的历史,纳西东巴文书写的东巴舞蹈经典《神寿岁与东巴舞谱》和《舞蹈的来历》等专著有近千年历史。元·李京《云南志略》载:"末些蛮在大理北,……不事神佛,惟正月十五日登山祭天,极严洁,男女动百数,各执其手,团旋歌舞以为乐。"明代纳西族诗人木公写道:"官家春会与民同,土酿鹅竿节节通,一匝芦笙吹未断,踏歌起舞明月中。"清代纳西族诗人牛焘在《花马竹枝词》中写道:"月下何人觱篥吹,齐声高唱踏蛮儿。"诗人们的描绘,可以看出纳西族民间自古有喜歌善舞的习俗。

纳西族舞蹈有以下几个部分:

#### (一)歌舞

载歌载舞,歌、舞、诗三位一体。在纳西族舞蹈中是很重要的一个部分。其中主要有"哦忍仁"、"离默达"、"阿丽哩"、"夕拨仁"、"呀哈哩"、"阿卡巴拉"、"三思吉"等。

哦忍仁(又名"仁美踔")产生于原始游牧时期,至今还保留着纳西先民游牧生活的痕迹。在历史发展的长河中,哦忍仁随历史的变迁而加入了不同历史阶段的内容。其中有被东巴教涂抹上神秘色彩的"阿仁兴子瓷"的故事;有游牧时期牧羊女丢失了羊群而满山寻找的传说;有办丧事时为驱赶"仁"鬼所跳的"暮布仁";有反映生产劳动的"夕独仁";有祭祖归来途中专门由老人跳的"仁尺踔";还有老人撕包谷时喊哼的"仁紫"等。如今还有经过整理搬上舞台的舞蹈《牧羊歌》。

窝默达反映了社会矛盾激化时期人民群众的情绪。早期流传的调子称"括底",比后来的窝默达缓慢、压抑,清代以后的称谓逐渐改为窝默达。

阿丽哩产生于建国前夕,流行极广。反映了纳西族人民当家作主后的欢悦心情。

阿卡巴拉、呀哈哩和三思吉等歌舞是流传于中甸县三坝、东坝、哈巴的很有特色的民俗歌舞。

#### (二)无音乐伴奏舞蹈

"色胡踔"又名"麻日踔"。该舞仅流传于丽江县太安乡各村寨。舞蹈主要靠整齐的脚步声及内心节奏,相互间的默契而统一舞蹈步伐,是纳西族的一个风格独特的舞蹈。

#### (三)表演性舞蹈

这类舞蹈有"寿星拜祝"、"彩云南现"、"花马报春"、"鹿鹤同春"、"龙凤呈祥"、"牦牛赶场"、"狮子滚绣球"等。可分为两部分:一是纳西族固有舞蹈,如鹿、花马、牦牛舞等;另一是由外地传入的,如狮子、凤舞等。第一部分的花马、斑鹿、牦牛、麒麟等是纳西族的吉祥崇拜物,舞蹈与纳西族古代的某些传说及诗歌相吻合。东巴舞中有鹿、牦牛、马等神的坐骑的舞蹈。东巴《踔模》(舞谱)中也有记载。纳西族古称"牦牛羌"、"牦牛夷"、"牦牛种"等,把牦牛奉为门神,舞蹈"牦牛献瑞"就反映了纳西族由游牧到领主制的生活内容。

第二部分为外地传入。如寿星、云、龙、狮、凤、猴等舞。经本地民族接受与本民族舞蹈 1250 相结合,已有了纳西族的心理气质及浓郁的民族特色。外地传入的途经,一是通过宗教;二是通过屯兵或经大理等地移民带入丽江。

#### (四)乐舞

"乐舞"多为笙、笛伴奏的"打跳",有"打腊利"(芦笙舞、打跳舞)、古乐舞(崩石细丽舞)等。这些舞蹈各民族相互影响、共同流传,出自哪个民族,没有定论。但在发展过程中,既有共同特点,又各具特色。

古乐白沙细乐又名"崩石细丽"、"勘崩史"、"崩史"。有三段乐舞:"勘踔"(拉弹舞),"跺踔"(跺脚舞),"洛芒踔"(云雀舞)。关于崩石细丽的源流,文史资料有两种记载,也有两种传说及见解。一种是"元人遗音","元人离别所赠";另一说为"创自民间"。我们认为应是纳西族先民"创自民间",是纳西族古老的民间乐舞,而后才产生了吊唁的内容。忽必烈南征后,有蒙兵流落下来,随之流传下些蒙古族曲调与纳西族民间音乐相结合,使"崩石细丽"逐渐丰富成熟,也是可能的。这是一个复杂的历史演变过程,是民族文化相互交流、影响的结果。

#### (五)东巴舞

据传东巴舞有三百多套,现收集到有名目的近二百套,可归纳为以下几类:

丁巴什罗舞、女性灯花舞、坐骑舞、护法优麻舞、大神舞。

元代诗人王沂在《么些诏》诗中写道:"么些风俗美……亦有善刀舞"。纳西族的刀舞仅见于东巴舞。1980年发现了东巴舞蹈经典《踔模》,包括《神寿岁与东巴舞蹈》、《舞蹈的来历》等专著,专家认为:这是迄今为止世界上所发现的独一无二的用少数民族图画象形文字记载的舞谱,也是世界上最早的舞谱之一。对东巴舞中的六十多套动作,作了较科学的描述。

东巴舞各套中都在追忆祖先的功德懿行,缅怀他们创业的艰辛,将纳西族先民对自然、祖先和神灵的崇拜一体化,特别是对母亲的崇拜至高无上,再现了纳西祖先战胜自然,战胜邪恶,"人是真正的创造者"这一认识贯穿于整个东巴舞中。

东巴舞十分讲究严格的规范。东巴的每一祭祀仪式都是诸种舞蹈及各种动作套路的巧妙组合。多数东巴舞套路表现目的明确,舞蹈构思近似舞剧。东巴艺人对基本程式要经过长时间的学习训练,以避免随心所欲,脱离规程。

东巴舞摄录了纳西先民的若干历史事实,表现了纳西族祖先的思想观念,生产劳动、 狩猎游牧,同大自然的博斗,文化生活等内容。东巴舞蹈在东巴诸文化学科中占有重要位 置。

#### (六)宗教舞蹈

#### 1. 巴踔

"巴踔"是喇嘛庙里跳神的舞蹈。早在唐代便有印度佛教阿阇黎派僧侣来丽江传播佛

教。从宋、元至明、清间、藏传佛教直接进入丽江。

"巴踔"是在每年腊月最末一日,喇嘛们大祭后开始跳的。据现在五凤楼的喇嘛和克勋老人介绍:巴踔中的各种舞蹈都是在跳《护法经》中的各种神灵。舞蹈开始从"大黑天神"跳起,一直要跳完《护法经》中的各种天神。这种舞蹈有各种高难技巧。如跃上桌子而不能损坏桌上的供品;钻下桌子而不能使桌子摇晃。故有一句俗话"喇嘛钻桌子跳"。每年各寺庙的庙会举办时间不尽相同,但年终的"护法会"都要举行,主要是各寺庙自己主持祭祀,也有的寺庙聚集在一座大寺庙中共同祭祀。新中国建立前夕,在福国寺举办一次规模盛大的跳神会,参加的喇嘛上百人,从那次以后再未举办过此类活动。

2. 道教在元、明时期已传入丽江纳西族地区,主要组织有洞经会和皇经会。丽江纳西族洞经会每年举办两个文昌会,一在二月,一在八月;两个武圣会,一是五月十三日的单刀会,一是六月二十四日的关公诞辰。届时办会三天,要进行沐浴,主要是弹奏洞经音乐。道教有"花舞",现已不跳。

#### (七)革命歌舞

1949年中华人民共和国建立前夕,由中国人民解放军滇桂黔边纵队第七支队编创了《阿丽哩》外,还从外地学来一些歌舞,如"满三娘"、"朱大嫂送鸡蛋"、"迎客舞"、"团结就是力量"、"当我们同在一起"等。除"满三娘"、"朱大嫂送鸡蛋"外,都是用纳西族语进行演唱与表演,很受纳西族群众欢迎,在当时的青年男女中流行很广,起到了团结群众,拥军爱民的宣传作用。现在的节日活动有时也表演这些歌舞。

(执笔:张 信、和寿春、秦国华)

# 东 巴 舞

### (一) 概 述

"东巴舞"是流传于丽江纳西族自治县各地、中甸县三坝、维西县、永胜县、宁蒗县等地的原始宗教舞蹈,特别盛于边远山区。受其影响,居住在丽江境内的其他民族也有这种舞蹈。除此以外,与云南临近的四川省、西藏自治区的部分地区也有流传。

东巴教为纳西族的原始宗教。纳西族先民崇拜自然、山川、河流,相信万物有灵。凡婚丧、年节、求寿、祈年、卜算、治病、驱鬼都要请东巴念经、跳神。东巴舞也就成为东巴仪式(民间称"道场")中不可缺少的一个重要组成部分。东巴仪式大体可分为八大类,其中祭风、消灾、祭山神龙王、除秽、开丧、超荐、求寿等七类仪式都要跳东巴舞。哪类仪式跳什么舞都有严格的区别。如祭风仪式要跳"横依格阔"、"勒久敬究"、"罗巴套够"、"套尤丁巴"等舞蹈。1949年以前,有的地方每年或几年举行一次盛大的集会,其内容主要是缅怀东巴祖师丁巴什罗或作消灾、祭山神龙王等仪式。除此以外,私人延请东巴到家里作法事者居多。仪式规模可大可小,有的五至七天,有的则半天至一天,东巴跳神者皆男性,根据仪式的需要先诵经,内容主要是请神压鬼,诵罢随之起舞。根据各人的特长,有的偏重于舞,有的偏重于念。舞者手持板铃及法刀,或手摇鼓,轮流由一人领跳,即跳完一个大神舞之后,又由另一人带头跳另外一个大神舞。依次循环,直到将此次仪式中该跳的舞跳完为止。

据东巴艺人介绍,过去东巴舞大约有三百多种跳法,从目前搜集的情况看不到一百种,有的同一种名称的舞蹈有几种不同的跳法。现能搜集到的舞蹈有丁巴什罗舞,女性灯花舞,护法神优麻舞,大神舞,坐骑舞等。东巴教没有职业教徒,从事东巴活动的一般是贫苦的劳动人民,以家传和拜师学艺为主,还有家人外学的。正因为东巴教有这样的师承关系,就使东巴舞作为东巴文化中的珍品之一,世代相传,经久不衰,并能完整地保留至今。

东巴舞具有以下特点:

- 1. 舞蹈都较规范,并有一定的基本程式。任何一个艺人跳都按照基本程式而无即兴创作。
- 2. 有些舞蹈具有完整的故事情节。例如,教祖丁巴什罗从他母亲分娩到学走路、压鬼、杀仇敌、遇难、脚被刺扎这些东巴经书记载的故事及为祭什罗跳的"灯舞","花舞","女神舞"以及护法神"优麻",九头神"格阔"等,故事情节完整,人物形象鲜明的连续性,具备了舞剧雏型。
- 3. 东巴舞原始特点甚浓,表现在大量的模拟动物,形象地再现了原始人的生产生活,他们将动物奉为神明而加以崇拜。舞蹈中除各大神的坐骑外,还有许多"神的白山羊","神的白牦牛"等。从队形上看,还具有原始的合群性。这些模拟动物的舞蹈十分逼真,活泼风趣,使观者赏心悦目,而起到了娱人的作用。
- 4. 东巴舞与民间舞有密切的联系。在舞蹈的特定环境上东巴舞与民间舞有较大区别,前者用于仪式为祭祀服务,而后者为自娱性舞蹈。东巴舞随鼓、板铃、锣等击乐伴奏起舞,唱腔、音乐不和舞蹈结合在一起,动作变化大,手臂动作较多,几乎所有舞蹈都用道具。但东巴舞与民间舞行进过程都是顺圆圈或面对圆心,舞蹈具有动作奔放,重在腿部运动,双膝屈伸颤动,单腿点跳,旋转等特点。

从大量的动物模拟及富有民间色彩的动作来看,舞蹈产生于民间,东巴因法事的需要而吸收进去,经千锤百炼使其规范化。

- 5. 语汇丰富,肃穆庄重。由于东巴舞目的是驱鬼降魔,舞时气氛肃穆庄重,节奏缓慢,步伐稳健大方。在表现与妖魔鬼怪斗争时,节奏较激烈,鬼怪从未正面出现,而以"镇妖"、"冲刀"、对打等常见动作表现与魔鬼的争斗。还有许多难度较大的技巧性动作,如"孔雀喝水"中向后下腰,单腿独立上身前俯等。
- 6. 东巴舞还保留着与其他民族文化交流的痕迹。纳西族早在古时就与邻近的汉、藏、彝、白、傈僳、普米等民族有着经济文化交往。唐代的纳西族,曾受吐蕃和南诏的统治,文化上也不可避免地受其影响,东巴文化与藏族有着密切的联系。东巴经中的部分神名引用了藏语。如"优麻"藏语为"孔雀"之意;"格阔"藏语"九头"之意;十三大神舞"余培扎松"、"余虑扎松"、"余敬扎松"中的"扎松"是藏语"十三"之意。民间还有东巴所用的法器板铃,是东巴去取经时喇嘛所赠的传说。由此可见,东巴受喇嘛教影响较深,并不可避免地表现在舞蹈中。东巴舞中频繁出现的"原地跳转"、"镇妖"、"吸腿过堂",女神舞及手持摇鼓中的动作,无疑是受藏族的影响。而"膝旁插花"、"敬花"、"踏步托灯"、"转腕刀花"、"八字刀花"等则吸收了汉族舞的精华部分,巧妙地揉合于本民族的舞蹈中。
- 7. 东巴舞表现和歌颂的是光明战胜黑暗,善良战胜邪恶。把一切假、恶、丑比做妖魔鬼怪,邪恶势力;而一切真、善、美则代表神的意志。

东巴音乐一般不与舞蹈相结合,坐着念、诵完后,在鼓、锣、板铃的伴奏下起舞。东巴舞 1254 伴奏法器主要用大圆鼓,大、中、小的平扁铜锣,大、中、小的铓锣,法螺,手摇鼓,牛角,铜抵响等。

伴奏乐谱较单纯,一般是 <sup>2</sup> 拍或 <sup>4</sup> 拍的节奏,跳到激烈时,打击乐加快,出现一些碎摇 铃的快节奏。

据《光绪丽江府志》记载:"多巴教······此教戴五佛冠,穿黑皮鞋,衣服颜色多穿黄红,大者左摇一扇钵,右舞长叶刀,联数十人,旋跳旋歌而回环,谓之跳东巴。"主持开丧、超荐仪式的东巴,头戴白毡圆尖顶法帽,插有铁冠、雉尾和猬箭,身披披毡。从大型布卷画神路图("恒日")中可以看出,过去东巴的服饰为长袍和尚领,腰系彩带,另外还有表现战争舞身穿铠甲的武士。

东巴舞所用的道具是东巴作仪式时所用法器,主要有铜板铃("紫勒"或称扁铃)、手摇鼓("单白勒"、"达克")。板铃象征太阳,持于左手;手摇鼓象征月亮,持于右手。东巴唱词中唱道:摇响太阳一样的板铃,敲响月亮一样的皮鼓。召集拢三百六十个弟子,惊天动地地下来了。"举行开丧、超荐仪式时用法杖,象征能镇压一切妖魔鬼怪。镇妖除魔的法器还有刀、弓、箭、降魔杵等。

# (二) 音 乐

### 锣鼓点一

传授 和育才(纳西族)、和国光(纳西族) 记谱 秦 敏

# 中速稍慢

				<u>邦</u> ・邮.					
板铃 2	X	0	X	<b>o</b>	X	0	X	0	
手摇鼓 2	0	<u>x x .</u>	0	<u>x</u> x .	0	<u>x</u> x .	0	<u>x</u> x .	

曲谱说明:板铃声部中尚有铓锣、大鼓。手摇鼓和板铃为舞者所奏,下同。

### 锣鼓点二

传授 和学文(纳西族)、杨学才(纳西族) 记谱 秦 敏

	\ <del>d</del> =	-0K	THE.
- 44	て果	和日	慢

锣 鼓 [字 谱	2 光	冬	光	冬		光	冬	光	冬	
手摇鼓 大鼓	2 0 2 X	x	0	X		Ö	X .	0	X	
大鼓、锣板 铃	2 X	0	<b>X</b> .	0	1	X	0	x	0	

# 锣鼓点三

传授 和学文(纳西族)、和国光(纳西族)记谱 秦 敏

曲谱说明: 板铃声部中尚有平锡、铓、手摇鼓、钹、碰铃。

### 锣鼓点四

传授 习阿牛(纳西族)记谱 秦 敏

# 迎 什 罗

传授 和开祥(纳西族) 记谱 译配 杨曾烈、和云彩(纳西族)

1=A 中速 虔诚地

 $\frac{2}{4}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{6}{3}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{3}{3}$   $\frac{1}{3}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{1}{3}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{1}{3}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{1$ 

 6 2.
 13.
 33.
 2 1.
 60 | 4 12.
 33.
 2 1.
 60 | 5.

 天神 第子 吉补 作变 化, 第子 吉姆 来化 育。

# 祭 什 罗

传授 和开祥(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

燃 神 灯

(喂)

传授 和育才(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

 1 = b E 慢速 叙述地

 2 3 - | 3 3 · 3 3 · | 3 4 3 6 1 3 - | 12 1 6 - | 2 4 6 6 · 0 |

 (哦) 讲一 讲那 油灯 (啦) 的来 (呀) 历(喂),

 3 4 36 21 1 6 · 1 3 · | 2 61 2 1 3 6 | 1 6 · 6 0 | 3 5 1 3 3 1 · 1 6 · |

 从前 先辈 挤来 年 年 编牛 白乳 汁, 好来 山羊 绵羊

 2 4 1 6 · 6 0 | 3 3 · 1 6 1 | 1 1 · 1 3 · | 1 3 · | 1 3 · |

 白奶 浆; 挤来 宽角 野牛 奶(罗) 挤来 白尾 黄麂 奶,

 3 4 1 1 · 3 1 | 2 2 6 · 6 0 |

 拼来 独角 岩羊 奶(罗)。

# 什罗朝神舞

传授 和育才(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

1 = C 中速 虔诚地

# 驱赶罪恶鬼

传授 和育才(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

1 = C 中速稍快

 56.
 63.
 11.
 21.
 21.
 30.
 433.
 21.
 21.
 20.
 22.
 11.
 521.
 30.

 非恶 鬼兵 们哟, 象有 千千 万,
 拦住 什罗 走的 路, 卡住 什罗 过的 桥。

 1258

# 献 祭 品

传授 和开祥(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

# 求神赐本领

传授 和育才(纳西族) 记谱 译配 杨曾烈、和云彩(纳西族)

$$\frac{3}{4} \frac{3}{6} \cdot \frac{4}{3} \cdot \frac{3}{3} \cdot \frac{3}{3} \cdot \frac{3}{3} \cdot \frac{3}{4} \cdot \frac{3}{6} \cdot \frac{1}{4} \cdot \frac{4}{4} \cdot \frac{3}{3} \cdot \frac{3}{6} \cdot \frac{1}{6} \cdot \frac{32}{3} \mid 2$$
超度 (喂) 灵堂 里(啦), 秋天 要去(啦)

# 超荐死者

传授 杨万勋(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

1=D 慢速 凄凉、稍自由

# 大祭风经

传授 杨万勋(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

$$\frac{4^{\frac{2}{3}}}{4}3 - \frac{5}{\underline{6}}. \quad \underbrace{67676}_{6 \times 6} \mid \frac{3}{4} \frac{6}{\underline{6}} \frac{3}{\underline{6}} \mid \frac{3}{4} \frac{1}{\underline{6}} \mid \frac{2}{3} \mid \frac{3}{\underline{6}} \mid \frac{1}{3} \mid \frac{3}{\underline{6}} \mid \frac{1}{3} \mid \frac{3}{\underline{6}} \mid \frac{1}{2} \mid \frac{3}{\underline{6}} \mid \frac{1}{2} \mid \frac{3}{\underline{6}} \mid \frac$$

$$\frac{23}{23}$$
 6  $\frac{10}{6}$  0.  $\frac{5}{4}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{10}{1}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{10}{1}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{10}{1}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{10}{1}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{10}{1}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{2}{1}$ 

# 送 风 神

传授 和开祥(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

$$1 = {}^{b}B$$
 慢速
$$\frac{4}{4} \underbrace{3.5}_{6} \underbrace{6}_{6} - | \underbrace{\frac{2}{4} \underbrace{5}_{5}}_{6} \underbrace{3}_{6} | \underbrace{\frac{4}{4} \underbrace{2.1}_{5}}_{6} \underbrace{3}_{6} \underbrace{1}_{6} | \underbrace{3}_{6} \underbrace{1}_{6} \underbrace{1}_{3} \underbrace{3}_{6} - |$$
很 古 (喂) 的 时 候, 不 像 (喂)

$$\frac{23}{9}$$
  $\frac{6\cdot 1}{1}$   $\frac{4}{9}$   $\frac{6\cdot 1}{9}$   $\frac{4}{9}$   $\frac{3\cdot 5}{9}$   $\frac{6\cdot 5}{9}$   $\frac{5}{9}$   $\frac{5}{9}$   $\frac{6\cdot 5}{9}$   $\frac{5}{9}$   $\frac{5}{9}$ 

# 祈 神 经

传授 杨万勋(纳西族) 记谱 译配 杨曾烈、和云彩(纳西族)

1 = E 慢速  

$$\frac{2}{4}$$
 3 -  $\begin{vmatrix} \frac{3}{4} & \frac{61}{3} & \frac{6}{1} & \frac{3}{4} & \frac{1}{4} & \frac{1}{4$ 

$$\frac{3}{4}$$
  $\frac{3}{4}$   $\frac{3$ 

 $\frac{1}{1}$  ·  $\frac{6}{1}$  ·  $\frac{6}{1}$  ·  $\frac{6}{1}$  ·  $\frac{6}{1}$  ·  $\frac{1}{1}$  ·  $\frac{3}{1}$  ·  $\frac{2}{1}$  ·  $\frac{2$ 

# 优麻磨刀擦刀舞

传授 和育才(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

 $\frac{3}{4}$   $\frac{1}{2}$  ·  $\frac{1}{6}$  ·  $\frac{6}{1}$  ·  $\frac{3}{6}$  ·  $\frac{2}{6}$  ·  $\frac{1}{3}$  ·  $\frac{1}{6}$  ·  $\frac{1}{$ 

# 消 灾 经

传授 和育才(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

1 = E 慢速

 $\frac{2}{4}$   $\frac{3}{5}$   $\frac{6}{5}$   $\frac{4}{4}$   $\frac{3}{5}$   $\frac{6}{5}$   $\frac{6}{5}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{3}{5}$   $\frac{6}{5}$   $\frac{6}{5}$   $\frac{6}{5}$   $\frac{6}{5}$   $\frac{12}{5}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{12}{5}$   $\frac{1}{5}$   $\frac$ 

 66.
 13.
 30
 123
 16.
  $\frac{2}{1}$ .
  $\frac{2}{4}$   $\frac{6}{1}$ .
  $\frac{3}{4}$   $\frac{2}{1}$ .
  $\frac{6}{1}$ .
 <

① 巴窝优麻:东巴教的守护神。 ② 窝木优麻:东巴教的守护神。

# 祭术神

传授 和开祥(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

$$1 = {}^{b}B$$
 慢速
$$\frac{2}{4} \underbrace{3}_{4} \underbrace{5}_{5} \cdot | \underbrace{3}_{5} \underbrace{6}_{1} | \underbrace{565}_{1} \underbrace{3}_{5} \cdot | \underbrace{2}_{1} \underbrace{1}_{6} \underbrace{1}_{6} | \underbrace{2^{\frac{1}{2}}121}_{6} \underbrace{1}_{6} \underbrace{6}_{1} - | \underbrace{5}_{1} \underbrace{5}_{1} \underbrace{5}_{1} \underbrace{5}_{1} \underbrace{5}_{1} \underbrace{1}_{1} \underbrace{6}_{1} - | \underbrace{5}_{1} \underbrace{5$$

献 饭

传授 和育才(纳西族) 记谱 杨曾烈、和云彩(纳西族) 译配

$$\frac{4}{4}$$
  $\frac{2}{3}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{0}{4}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{1}{3}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{1}{3}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1$ 

 4
 XXXX
 XXXX
 X
 |

 (白)主人富裕
 人口繁昌
 了。

# (三) 造型、服装、道具

#### 造型



东巴(持刀者)

#### 服饰

东巴 将一条长 170 厘米、宽 36 厘米的黄或红色绸子对折成四折,从头前围向头后打一个活结,剩余部分垂于脑后;外系五佛冠(主持开丧、超荐仪式时戴尖顶圆帽)。穿用各色花缎、土布缝制,前、后开口的长衫(俗称"燕尾袍"),下穿中式长裤、云头黑皮靴,系绸或布腰带。

五佛冠的制法:用硬纸剪出五块长 20 厘米、宽 10 厘米的棱形块,背面用线连接,再裱糊一层布,下沿固定一条宽 3 厘米的布,两端各缝上一根布条作系带。在第 1、2 和 4、5 纸块之间各缝一块"八宝图"(纳西族称作"米鲁阿鲁")。然后在棱形纸块正面画上五幅"大神"的画 1264

像,从左至右依次为:"松余敬古"(或"都拍晓曲")、"郎玖敬久"、"萨利伍登"(居中)、"丁巴什罗"、"恒迪瓦拍"。再用石绿、石青、朱砂、蚌壳粉、石黄等色彩绘纸块的其它部分。







五佛冠



五佛冠的戴法

尖顶圆帽的制作:用竹篾编扎成直径约60厘米的圆帽骨架,上面裱糊白纸。帽顶插有用铁丝或铁皮制成的"\\"形"铁冠"、雉鸡翎或刺猬的硬刺。



#### 道具

- 1. 板铃 用铜做成(有的掺金),直径约 18 至 21 厘米,面上铸有八宝图案。铃中间稍 凹处凿个洞,将五彩布的一端搓细,从铃下端穿入系住敲铃绳,敲铃绳另一端上拴一小块骨头或铁疙瘩。
  - 2. 刀 用铁铸成,全长 75 厘米、手握处为铁柄或木柄。



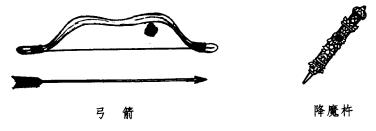
3. 手摇鼓 用木片(或竹片)做成直径约 15 至 20 厘米的圆形鼓身、鼓两面蒙羊皮, 鼓

身两侧各系一条9厘米左右的羊皮条,末端打上结。鼓身下端装一小木棒作柄。

- 4. 油灯 将直径约 15 至 20 厘米的蔓菁(根状蔬菜的一种)挖空,倒上蜡油、中间安上灯芯。有的地方用小碗。
  - 5. 花 砍一截长约 90 厘米的多杈树枝,将树枝用棉纸缠裹,上系各色纸花。



- 6. 弓箭 弓用竹子或藤条弯成长 100 厘米的弓身,用细绳连接两端。箭长约 60 厘米,用竹条制成,一头插有一三角形铁镞。
- 7. 降魔杵 铁、铜或木质。铁质俗称"白铁杵"。上镂三面神像或其它花纹。长约 60 公分左右。



# (四)动作说明

### 道具的执法和舞法

- 1. 执板铃 左手攥紧板铃的五彩布,虎口抵住板铃底部。
- 2. 执手摇鼓 右手握鼓柄,拇、食指捏住鼓柄上端。
- 3. 握刀 右手握刀柄。
- 4. 端灯 双手各执一灯,掌心朝上,灯置于手中,五指弯曲扣紧灯底部。
- 5. 持降魔杵 右手握降魔杵中部。
- 6. 慢摇铃 左手"执板铃"用力向左拧腕,使铃上铁疙瘩甩起撞击板铃作响。第一拍拧 1266

腕,第二拍手腕拧回原位。

- 7. 碎摇铃 左手"持板铃",快速抖摇腕部使板铃连续作响。
- 8. 摇鼓 右手"执手摇鼓",快速左、右拧转鼓柄,抡起鼓上羊皮结(疙瘩)连续撞击鼓面作响。
  - 9. 架刀 右手"握刀"举至右前上方,刀尖朝左。
- 10. 刀擦板铃 左手"持板铃",铃面朝上,两臂屈肘前抬,右手"握刀",刀身搭在铃面上,刀口朝前。从刀身根部起,右手用力拉刀,使刀身至刀尖在铃面上擦过。
- 11. 转腕刀花 右手"握刀",刀尖朝前,以腕为轴,将刀由前经下往后在身右旁划一立圆。
  - 12. 八字刀花 右手"握刀"在身前左、右往返划"∞"形花。
- 13. 单手捻花 右手虚握花枝根部,举于胸前,用拇、食二指向外捻转花枝,两拍捻一次。
- 14. 双手捻花 双手捏花枝中段,花枝横置于胸前,用手指(手心朝上)将花枝朝身内捻转,两拍捻一次。

提示:若二人执花枝对舞时,花枝根部的朝向要一致。

- 15. 胸前绕灯 两手分别"端灯"于胸前,下臂交替向内绕圈,两拍绕一圈。
- 16. 拉弓射箭 将箭搭在弓上,左手握住弓、箭相搭处,右手握箭尾抵住弓绳中间,双手撑弓拉绳抬至胸前作欲放箭状。

#### 肩、臂的动作。

1. 抖肩

做法 双肩放松,前后交错快速碎抖。

2. 双担臂

做法 双"山膀",握拳扣腕,拳心相对。

3. 贴腋

做法 两臂屈肘夹肋,下臂上抬。

4. 送肩(以右为例)

做法 左"贴腋",右臂推向右前上方,右肩顺势送出,上身随之稍向左拧(见图一)。

5. 划肩

做法 "双担臂"位,肩部带动双臂由下经后往前划小立圆。可 连续进行。



图一

6. 梯臂(以左为例)

做法 两臂伸直,左臂于左前上方,右臂至右前下方。

7. 勾肘

做法 二人左肩相对,左臂屈肘互勾。

8. 虎爪(以右为例)

做法 右臂屈肘前抬(或抬于其它位置),五指分开稍屈如爪状。

9. 晃爪

做法 第一拍右臂前平抬握拳,拳心向上,第二拍右手成"虎爪",臂稍屈由上向后划 一圈,上身随之晃动。

#### 基本动作

1. 后弓步(以右为例)

做法 右脚后撤一大步腿屈膝为重心,左腿勾脚,脚跟着地。

2. 旁弓步(以右为例)

做法 右脚旁迈一大步腿屈膝,左腿绷直勾脚,脚跟着地。

3. 前擦地

做法 双腿并拢稍屈,左脚略后撩随即全脚擦地向前稍踢起勾脚,左脚前落再接做对 称动作。

4. 风摆柳一

做法 双臂屈肘旁抬举至与头齐,同时上身左倾下旁腰,然后上身起直。接做对称 动作。

5. 风摆柳二

准备 双腿并拢两臂稍屈肘旁抬与肩平。

第一~四拍 双膝每拍上下颤动一次,同时上身慢慢左倾下旁腰。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

6. 左悠瞪步

准备 左腿屈膝勾脚向右前抬起,右手"握刀",左手"执板铃","双担臂"。

做法 前半拍,左腿向右前下方踹出,右腿随之微屈,眼看左脚。后半拍,左腿上抬回 原位,右腿伸直。

提示:做对称动作为"右悠蹬步"。此动作也可左、右连续做,称"悠蹬步"。

7. 悠蹬步转

做法 先做"左悠瞪步",然后左脚尖往左撇,顺势小"鹝腿"向左后跳出,右腿随即屈膝后抬,带动身体向左拧转,手保持"双担臂",刀口朝外。

8. 冲刀

做法 左"担臂",右手"握刀"于小腹前,刀尖朝上,刀口朝左,向上举刀直臂,眼看刀。 9. 丢刀

做法 左"担臂",右手"握刀"于小腹前,保持刀尖朝上将刀向上抛起,落下时右手接 握刀柄,眼随刀。

10. 弓步扛刀

第一拍 左脚前跨成左"前弓步",右膝稍屈,右手将刀虚扛于右肩,刀尖朝后,右臂 "贴腋"(见图二)

第二拍 重心后移成右"后弓步"。

11. 前弓劈刀

做法 左脚前跨成左"前弓步",右膝稍屈,同时右手"握刀"从上往前砍下,左手"执板铃"、略屈臂前抬(见图三)。

12. 吸腿磨刀

第一拍 左腿勾脚前吸,右手"握刀"、刀口朝内横搭于左腿上向前推出,左"担臂"(见图四)。



第二拍 保持横刀于左腿上,右手翻刀使刀口朝外,同时将刀拉回原位。

13. 脚掌磨刀

准备 站左"后弓步",左"担臂"。

第一拍 右手"握刀"、刀口朝外贴于右脚掌内侧朝前推。

第二拍 左腿伸直,右腿端起,同时右手向左拉刀,经上划一圈落回右脚掌上(见图五)。

14. 跪地背刀

第一拍 右脚起向右横走两步,同时右手"握刀"做一次"八字刀



图 五 1269

花",左手"执板铃"旁抬。

第二拍 右脚旁跨跪地,左腿旁伸勾脚,脚尖朝上。同时右手向内翻腕将刀斜背于身后,刀尖朝左上方。左手"执板铃",臂稍屈前平抬,上身俯向左前,头靠向左肩(见图六)。

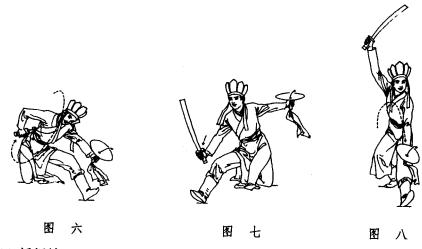
第三拍 起身,脚做第一拍的对称动作,双手动作同第一拍。

第四拍 腿做第二拍的对称动作(右膝稍屈),左"担臂",右手刀置于右下方,刀尖朝右上方,上身俯向右前,眼看刀(见图七)。

#### 15. 摇板铃一

第一拍 右脚蹬地、左腿勾脚前吸跳起,同时双手左"顺风旗"位,右手"握刀"刀尖朝上,眼看左手板铃。

第二拍 左腿稍屈膝勾脚前伸点地,右脚落地腿屈膝,右手举刀于右上方,上身稍前俯右拧,左臂在胸前掏一下伸直落于前下方,同时"慢摇铃"一下,眼看板铃(见图八)。



#### 16. 摇板铃二

第一拍 站"正步",左"贴腋"手"执板铃",右手"握刀"下垂,刀尖朝前上方。

第二拍 双脚踮起,左手高举"慢摇铃"一下。

#### 17. 身旁插花

准备 右手竖拿花枝。

第一拍 右手将花枝在身左前往下插一下。

第二拍 将花枝往身右前插一下。

第三拍 动作同第一拍。

第四拍 将花枝换至左手。

第五~八拍 做第一至四拍对称动作。

#### 18. 膝旁插花(以左为例)

第一~三拍 左腿屈膝前抬 45 度,右脚原地(一拍一次)跳三次,同时右手竖拿花枝, 在左腿上方按左、右、左顺序往下插三次(见图九)

第四拍 左脚落地、将花换至左手。

提示:可接做对称动作。

19. 抛花

准备 二人面相对站立,左手竖拿花枝。

做法 二人腿稍屈,双手握花前抬,上身前俯相互作揖,然后起上身,双脚踮起,同时将花抛给对方,脚跟随即落下。

20. 胸前绕花

第一~三拍 右脚起向前走三步,同时左手自然下垂,右手执花、花尖朝前,顺时针方向划小立圆三次。

第四拍 手不动,左腿前吸。

提示:可接做对称动作。

21. 敬花

第一拍 二人面相对,上身前俯,做"双手捻花"。

第二拍 继续做"双手捻花",同时两臂屈肘,下臂举至脸前,上身随之立起。

22. 弓步托灯

准备 站"正步",双手"端灯"。

第一拍 右脚撤一步。

第二拍 向右碾转四分之一圈成右"旁弓步"状,左膝稍屈,右手抬至右上方,左手于左下方,上身向左前稍拧。

23. 踏步托灯

做法 左"踏步半蹲",双手"端灯",左手抬至左前上方,右手向右后下方拧腕成手心朝上(见图十)。



图九



图十

24. 镇妖

准备 右手"握刀"、左手"执板铃"自然站立。

第一拍 右腿勾脚前吸,左脚小跳一下,双手至右"顺风旗"位。

第二拍 右脚前落成左"后弓步",身体拧向左前,左手于原位,右手将刀朝前砍下,眼看刀。

25. 倾跳

准备 同"镇妖"。

第一拍 双脚跳起,右小腿抬于左腿后,上身随之稍右倾,同时右手将刀在身前顺时针方向划一圈至右"担臂"位。

第二拍 双脚落地成右"旁弓步",双手至右"顺风旗"位"架刀"。

26. 甩腿跳

第一拍 左脚朝前甩出 25 度,同时右腿朝前小跳,落地时左脚收回成前掖腿。

第二拍 右腿小跳的同时左脚朝后稍甩。

第三拍 做第一拍动作。

第四拍 双脚小跳落地。

第五~八拍 做第一~四拍对称动作。

27. 跪踢腿

准备 右手"握刀",左手"执板铃",右膝跪地。

第一拍 左腿前踹(腿不伸直),上身顺势向右后倾,左"贴腋",右手"提襟"位,刀尖对前方(见图十一)。

第二拍 左脚落地起身,同时右腿屈膝勾脚后踢,上身顺势略 前俯。

28. 轴心转(以右为例)

做法 左腿稍屈膝略旁抬,以右脚为轴向右碾转。

29. 原地跳转(以左为例)

准备 右手"握刀",左手"执板铃"。

第一拍 左腿屈膝前抬 45 度,同时双手抬至右"山膀"左"按掌"位。



图 十一

第二拍 做第一拍的对称动作,只是右"贴腋",手腕外拧,使刀尖朝右下方,同时提气,脸转向右前亮相。

第三~四拍 手成双"担臂",左"前吸腿",右脚小跳两次,同时向右转一圈。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

30. 山羊顶角

准备 同"原地跳转"。

第一拍 两腿分开右膝跪地,手成"双担臂",刀尖对右侧,上身右倾,头从左经前向右绕动。

第二拍 头绕至右侧时用力向上挑起,同时左手"慢摇铃"一下。

31. 鹿顶角

准备 双腿"大八字步全蹲",上身向左稍倾,左手"执板铃"于左下方,右手"握刀"于右下方,刀尖朝上,脸朝右前下方。

第一拍 保持姿态,双脚向左跳一步。

第二拍 头从右经前(低头)向左上方带挑劲地顶一下。

32. 蹉步顶角

准备 同"鹿顶角"。

做法 双脚向左每拍做横"蹉步"一次,同时头倒向左侧,两拍向上挑一下。

33. 孔雀独立(以右为例)

做法 双腿屈膝,右腿后抬,上身前俯,左手"执板铃"于腋前,右手"握刀"于"提襟"位,刀尖朝前。

34. 摆尾

准备 右手"握刀",左手"执板铃"自然旁抬。

第一拍 左脚朝前上一步,右脚随即靠拢左脚。

第二拍 双腿屈膝,两臂平划至身左侧,上身随之左拧。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

35.擦背

准备 二人右肩相对,均右手"握刀",左手"执板铃"。

第一拍 前半拍,右脚向右横跨,并颠跳一下成二人背擦背,同时左腿膝抬向左后,上身向右倾,左手旁抬,右臂旁伸,刀尖朝右前稍上方。后半拍,左脚旁跨回原位,顺势向左转身半圈成二人左肩相对。

第二拍 做第一拍的对称动作。

36. 擦背过堂

准备 同"擦背"。

第一拍 动作同"擦背"第一拍。

第二拍 左脚向右横跨一大步二人交换位置,顺势各自右转身半圈成面对面。

37. 单腿过堂

准备 二人右肩相对,右腿勾脚前吸 45 度,右手"握刀"、左手"执板铃"于右"顺风旗"位。

第一拍 前半拍,二人右脚朝右跳出擦背而过,顺势右转身四分之一圈。后半拍,右脚落地腿屈膝,同时上身前俯,右手刀砍向前下方。

第二拍 上左脚右转身半圈成二人面相对,同时右手做"八字刀花"。

38. 大鹏亮翅

准备 右手"握刀",左手"执板铃"。

第一拍 撤右脚成右"后弓步",同时双臂向后划。

第二拍 双臂往内拧转同时后抬,上身随之前俯(见图十二)。

39. 大鹏展雄

准备 二人面相对拉开距离,均右手"握刀",左手"执板铃"自然下垂。

第一~二拍 二人左脚起往前走三步,第二拍的后半拍双腿屈膝、右腿后抬 45 度,上身顺势前俯,同时两手随步伐由后经上划圆落至"提襟"位。

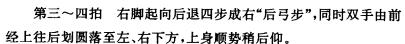




图 十二

40. 大鹏欲飞

准备 同"大鹏亮翅"。

第一拍 上右脚随即重心后移,右脚勾起,左腿稍屈膝,同时双臂从后往上划至与肩平。

第二拍 双臂屈肘、扣胸埋头。

41. 高低手摇铃

准备 右手"握刀",左手"执板铃"。

第一拍 左脚向左横迈一步,右脚跟至左脚旁,双臂由右下方向左划至左上方成左 "高低手",上身稍前俯。

第二拍 双脚踮起随即压下,腿顺势稍屈,略下右旁腰,脸朝前下方,同时左手"慢摇铃"一下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

42. 顺风旗摇铃

准备 同上。

第一~二拍 腿的动作同"高低手摇铃"双臂由右往下划圆。

第二拍 双臂成右"顺风旗"稍下左旁腰,上身稍向右前拧,眼看右前方,同时左手"慢摇铃"一下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

#### 43. 划臂摇铃

准备 同上。

第一~二拍 腿的动作同"高低手摇铃",同时双臂由右向左平划,左手至左上方,右臂垂于右下方,身体转向左前,下右旁腰,脸向右前下方,左手"慢摇铃"一下(见图十三)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

提示:以上三个动作踮脚、屈膝要明显,起伏要大。

44. 弓步摇铃

准备 同上。

第一拍 左脚朝前迈一步,右脚随即靠上左脚,上身稍右拧,左"贴腋",右手于右后下方。

第二拍 前半拍踮脚,左手"慢摇铃"一下,右手位置不变,后半拍脚跟落下。

第三~四拍 双脚做第一至二拍的对称动作,左臂由胸前拉至"担臂"位,顺势"慢摇铃"一次,右手顺时针方向划圆一圈回原位。

第五拍 右脚后退一步,左腿收回脚跟离地靠于右腿旁,同时双臂做"刀擦板铃"。

第六拍 双腿稍屈膝,两手划至右"顺风旗"位。

第七拍 左脚朝左横迈成小幅度的"旁弓步",同时右手抡刀顺时针方向划一圈。

第八拍 身体转向右前,同时右腿勾脚,右手刀向右前砍下,顺势稍俯身下右旁腰,眼看刀(见图十四)。



图 十三



图 十四

第九拍 右前脚掌落地,左"旁吸腿"勾脚,右手刀从身前抬向左上方。

第十拍 身体转向左前,右臂做"架刀"。

第十一~十八拍 做第七至十拍的动作两次。

第十九拍 左脚前迈成左"前弓步",上身随之前俯,双臂前伸做"刀擦板铃"。

第二十拍 右臂往右后拉,重心随之后移,同时右转身四分之一圈成右"旁弓步",右臂拉至"架刀"位,左"贴腋",脸朝左。

#### 45. 击鼓摇铃

准备 站"小八字步"或"正步"位,双腿屈膝,上身前俯,双"贴腋",左手"执板铃",右手"执手摇鼓"。

第一~四拍 保持姿态,一、三拍"摇鼓",二、四拍"碎摇铃"。

第五拍 双膝微颤,起上身。

第六拍 双脚踮起,两臂分开成双"担臂"。

第七~十拍 做第五至六拍的动作两次。

第十一~十二拍 双腿屈膝,每拍颤动一次,上身随之慢慢后仰,两臂前伸、拳心相对。

第十三~十四拍 保持姿态,上身慢慢起直。

第十五~二十二拍 做"风摆柳二"。

第二十三~二十四拍 左腿做"悠蹬步"两次。

第二十五~二十六拍 做左"悠蹬步转"半圈。

第二十七~三十拍 做第二十三至二十六拍的对称动作。

#### 传统套路动作

1. 萨绕罗兹吉姆(意为"丁巴什罗之母")(奏锣鼓点二)

准备(见图十五)

第一拍 上身倾向左前,脸转向右下方。

第二拍 回准备姿态。

第三~六拍 做第一至二拍的动作两遍。

第七~八拍 右腿提膝、脚向前踏下,双手左划右"顺风旗"位,右手刀横于额前。

第九拍 起身站"正步",双臂下垂。

第十拍 仰脸看上方(表示看天上之神)。

第十一拍 做"镇妖"的第一拍动作,跳起的同时右转半圈。

第十二拍 做"镇妖"的第二拍动作。

2. 憨拾罢美绰(意为"金色大蛙跳")(奏锣鼓点二)

准备 面对神台右膝跪地,左手"执板铃"于左后上方,右手"握刀"于右前下方(见图十六)。



图 十五



图 十六

第一~二拍 双腿站立,重心移至左腿,右脚踮起,同时右臂从下往左向上划成双手右"顺风旗"位。

第三~四拍 右腿向前上一小步,上身稍左拧,同时下左旁腰。

第五拍 起上身,双手至"按掌"位。

第六拍 上臂不动,下臂向外翻,同时稍下左旁腰,脸对左前下方。

第七~十拍 做两次第五至六拍的动作。

第十一~十二拍 做"顺风旗摇铃"的第一至二拍动作。

第十三~十八拍 做三次第五至六拍的对称动作。

第十九~二十拍 做"顺风旗摇铃"的第三至四拍动作。

第二十一拍 双腿全蹲,右腿稍后,左"担臂"右"提襟"位,刀尖朝前。

第二十二~二十四拍 做"抖肩"。

第二十五~二十八拍 起身,做"顺风旗摇铃"。

3. 什罗几几索(意为"什罗学走路")(奏锣鼓点二)

准备 左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~八拍 做"高低手摇铃"两次。

第九~十拍 做"摇板铃一"。

第十一~十二拍 面向右做"高低手摇铃"第一至二拍动作。

第十三~十六拍 做"摇板铃一"两次。

第十七~二十拍 朝左做"原地跳转"的后四拍动作转四分之三圈。

第二十一~二十四拍 做"原地跳转"的后四拍动作朝右转一圈。

4. 什罗东巴构(意为"什罗跳东巴")(奏锣鼓点三)

准备 众人面对圆心,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~三十拍 做"击鼓摇铃"。

第三十一拍 面对圆心,右腿勾脚前吸,双"担臂"。

第三十二~三十四拍 右脚前落,做右"轴心转"一圈,双"担臂"。

第三十五~三十八拍 做第三十一至三十四拍的对称动作。

第三十九拍 撤右脚成右"后弓步",双"担臂"。

第四十拍 左脚前掌压下顺势重心前移,右腿屈膝。

第四十一~四十四拍 做第三十九至四十拍的动作两次。

第四十五~四十六拍 双腿屈膝,双"担臂",向左转四分之一圈成面向顺时针方向。

第四十七~五十二拍 做第三十九至四十拍的动作三次。

第五十三~五十四拍 左腿勾脚前吸,双"担臂",左脚前落顺势向左转四分之一圈成背对圆心。

第五十五~六十拍 做第三十九至四十拍的动作三次。

第六十一~六十二拍 做第五十三至五十四拍的动作成面向逆时针方向。

第六十三~六十四拍 双脚成"正步"腿屈膝,双"担臂",幅度较大地左右快速晃胯(表现什罗之坐骑白马的动作)。

第六十五~六十六拍 左转身面对圆心,顺时针方向横"蹉步"两次,双手左"担臂"右 "按掌"位,刀口对外横于胸前。

第六十七~六十八拍 做第六十三至六十四拍的动作。

第六十九~七十二拍 做第六十五至六十八拍的动作。

第七十三~七十八拍 做第三十九至四十拍的动作三次。

第七十九拍 右腿勾脚前吸、左单脚跳起。

第八十拍 双脚落地,同时左"轴心转"半圈成背对圆心。

第八十一~八十二拍 做第三十九至四十拍的动作。

第八十三~八十四拍 做第五十三至五十四拍的动作。

第八十五~八十六拍 做第七十九至八十拍的对称动作。

第八十七~八十八拍 做第三十九至四十拍的动作。

第八十九~九十拍 做第五十三至五十四拍的动作。

第九十一~九十二拍 双脚成"正步"腿屈膝,上身前俯,左手"碎摇铃"。

5. 什罗般米制(意为"什罗点灯")(奏锣鼓点二)

准备 左手"执板铃",右手"端灯"。

第一拍 面对神台、左脚向左迈一步右腿跟上,双臂屈肘下臂前平抬。

第二拍 踮、压脚跟一次。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 同第一至二拍。

第七~八拍 向右做"悠蹬步转"半圈,同时左臂屈肘下臂前平抬,右手举灯至前上方。

第九~四十拍 依次向前、右、后、左四个方向各做第一至八拍动作一遍(俗称"四门 开")。

第四十一~四十二拍 左脚前迈成左"前弓步",右膝稍屈,右臂屈肘下臂前平抬,左手于左前下方"碎摇铃"。

6. 都拍儿晓渠(意为"白翅大鹏")(奏锣鼓点三)

准备 众人站成圆圈面对顺时针方向,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~二十拍 做"弓步摇铃"。

第二十一拍 右腿前吸,刀夹于左腋下。

第二十二拍 右腿前端的同时将刀抽出,由上往前砍下。

第二十三~二十六拍 做两次第二十一至二十二拍的动作。

第二十七~二十八拍 右转身面对圆心,双腿成"大八字步半蹲",上身俯向左前,左手于"按掌"位,右手于右下方,逆时针方向横"蹉步"三次顺势跳三次,同时"慢摇铃"三次。

第二十九~三十拍 做第二十七至二十八拍的对称动作,左转成背对圆心,右手刀尖朝前。

第三十一~三十二拍 左腿勾脚前吸,右手做"转腕刀花",左臂屈肘前平抬。

第三十三拍 左腿前跨成左"前弓步",右腿屈膝,上身稍前俯,双手朝前伸。

第三十四拍 以右脚为轴向右转一圈,边转边做"刀擦板铃"。

第三十五~三十六拍 左转身面对圆心,撤右脚成"后弓步",右臂屈肘"架刀",左手于左前下方"碎摇铃"。

7. 邹资高劳(意为"带爪的胜利神")(奏锣鼓点三)

准备 左手"执板铃",右手不拿法器。

第一~二十拍 腿做"弓步摇铃",右手做"晃爪",左"担臂"。

第二十一~二十二拍 左腿勾脚前吸,右手做"晃爪",左"担臂"。

第二十三~二十四拍 腿做第二十一至二十二拍的对称动作,手动作不变。

第二十五~三十拍 右腿勾脚前吸,左臂前平抬,右手做"晃爪"。

第三十一~三十二拍 右腿姿态不变,左脚朝前跳一步,左"担臂",右手做"晃爪"。

第三十三~三十六拍 做两次第三十一至三十二拍的动作,最后右臂停于头上方。

第三十七拍 右脚前跨落成左"后弓步",右手"晃爪"朝前下方抓一下,上身随之前俯,左"担臂"。

第三十八拍 起上身,右手做"晃爪",左"担臂"。

第三十九~四十拍 做"孔雀独立",左脚后跳一步,右手"晃爪",左臂于左前下方(见图十七)。

第四十一~四十四拍 做两次第三十九至四十拍的动作。

第四十五~六十四拍 做第二十五至四十四拍的动作。

第六十五~七十拍 右脚后落成右"后弓步",同时右臂做"晃爪" 动作三次。

第七十一拍 双腿屈膝、右腿勾脚后踢,右屈肘于右前方,手做 "虎爪",左"担臂"。

第七十二拍 手、臂动作不变,做"猫跳"(一脚前跳、另一脚跟上,顺势俯身下蹲)。



图 十七

第七十三~七十四拍 右膝跪地,左腿屈膝开胯朝左前,脸朝右前、眼看左前下方,右

臂屈肘下臂向右前平抬成"虎爪",左"担臂"(见图十八)。

第七十五~七十六拍 起身朝前做"猫跳"。

第七十七~七十八拍 做第七十三至七十四拍的动作,脸朝左前方。

8. 娃含姆斗(意为"大神")(奏锣鼓点四)

准备 面对神台,左手"执板铃",右手"执手摇鼓"。

第一拍 双腿半蹲,后半拍做左"前擦地"、左"送肩"。

第二拍 右手做"慢摇铃"一次。

第三拍 右臂伸向前上方,左"贴腋",齐摇鼓、铃一下。

第四拍 做"抖肩",眼看右侧(表示寻找鬼怪)。

第五拍 左脚收回成"正步",双手齐摇鼓、铃一下。

第六拍 双肩带动上身上下颤抖,双臂自然下垂。

第七拍 做第三拍的对称动作,双手齐摇鼓、铃一下。

第八拍 做左"送肩"、右"贴腋"。

第九拍 双腿动作不变,臂做第八拍的对称动作,双手齐摇鼓铃一下。

第十拍 同第八拍。

第十一拍 撤左脚成立"后弓步",双臂交叉于胸前,双手右上左下齐摇鼓、铃一下。

第十二拍 保持姿态,齐摇鼓、铃一下。

第十三拍 交换两手上下位置,齐摇鼓、铃一下。

第十四拍 反复第十二拍的动作,同时"抖肩"。

第十五拍~十六拍 同第十三至十四拍。

第十七~二十二拍 做第十一至十六拍的对称动作。

9. 什罗瓷如儿(意的"什罗压鬼")(奏锣鼓点二)

准备 左手"执板铃",右手"握刀",面对神台。

第一~十二拍 做三次"划臂摇铃"。

第十三~二十拍 做两次"顺风旗摇铃"。

第二十一~二十二拍 做"摇板铃一"。

第二十三~二十四拍 先静止,第二十四拍时再"慢摇铃"一次。

第二十五~三十二拍 做两次"划臂摇铃"。

第三十三~三十六拍 做两次"摇板铃一"。

第三十七拍 站"正步",双"担臂",上身右拧左肩对神台,下左旁腰。

第三十八拍 起上身。

第三十九~四十二拍 朝左做"原地跳转"。

1280



图 十八

第四十三~四十四拍 同第三十七至三十八拍。

第四十五~四十八拍 朝左做"原地跳转"前四拍的动作。

10. 考绕米久(意为"大神")(奏锣鼓点一)

准备 众人成圈面对圆心,手持弓、箭。

第一拍 左脚朝左迈一步,右脚跟上,双手做"拉弓射箭"。

第二拍 双脚踮起快速压下,右手上提使箭头朝下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 做左"悠蹬步转"四分之一圈,双臂向左前上方做"拉弓射箭"。

第七~八拍 落左脚成左"前弓步",右腿稍屈膝,最后一拍做"拉弓射箭"。

第九~四十拍 向前、右、后、左四个方向各做第一至八拍动作一遍(表示射四方魔鬼)。

第四十一~四十二拍 左腿前跨一步,朝下做"拉弓射箭"。

第四十三~五十八拍 依次向前、右、后、左四个方向先做第五至六拍动作再做第四十一至四十二拍动作各一遍。

第五十九拍 面对圆心,右腿屈膝勾脚前踢 45 度停住。

第六十~六十二拍 左脚朝前小跳三次。

第六十三~六十六拍 做第五十九至六十二拍的对称动作。

第六十七~六十八拍 做第四十一至四十二拍的动作。

11. 瓷命共松麻绪(意为"杀女妖共松麻")(奏锣鼓点二)

准备 众人成圈背对圆心,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~六拍 做三次"摇板铃二"。

第七~二十四拍 右臂屈肘下臂前平抬,刀尖朝前,左臂左平抬,朝右做九次"鹿顶角"的对称动作。

第二十五~四十二拍 朝左做九次"鹿顶角"。

第四十三拍 双腿"大八字步半蹲",双"担臂"。

第四十四拍 双脚跳起向左转四分之一圈,落下时头做顶角动作。

第四十五~四十八拍 做两次第四十三至四十四拍的动作。

第四十九~五十四拍 做第四十三至四十八拍的对称动作。

第五十五拍 双脚落成左"后弓步",双臂伸至前下方。

第五十六拍 右脚收回双腿屈膝。

第五十七拍 头倒向右经前向左绕一圈。

第五十八拍 头向左做顶角动作。

第五十九~六十二拍 做第五十五至五十八拍的对称动作。

12. 横依茨拍儿(意为"神的白山羊")(奏锣鼓点三)

准备 众人成圈面对顺时针方向,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~四拍 做"弓步摇铃"的第一至四拍动作。

第五拍 分别成每两人面相对,撤左脚的同时刀经左下往上划一圈至右下方,左 "担臂"。

第六拍 撤左脚成"旁弓步"。

第七~八拍 向左做左"轴心转"一圈,手做第五至六拍的动作。

第九拍 做"擦背"的第一拍动作。

第十拍 向右做右"轴心转"一圈,双手做"刀擦板铃"。

第十一~十二拍 做第九至十拍的对称动作。

第十三~二十拍 做两次第九至十二拍的动作。

第二十一~二十二拍 右腿勾脚前吸,左脚向右跳转一圈,同时右手做"八字刀花", 左臂屈肘下臂前平抬。

第二十三~二十四拍 做第二十一至二十二拍的对称动作。

第二十五~二十六拍 右脚旁落成左"旁弓步",左臂肘下臂前平抬,右手于右下方"碎摇铃"。

13. 格衬称补(意为"大神")(奏锣鼓点二)

准备 众人成圈面对圆心,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~十六拍 做四次"高低手摇铃"。

第十七~十八拍 做"摇板铃一"。

第十九~二十拍 右"掖腿"跳两下,同时左转身半圈成背对圆心。

第二十一~二十八拍 做"原地跳转"。

14. 胜日米格(奏锣鼓点二)

准备 众人成圈面对圆心,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~二拍 做"摇板铃一"。

第三~六拍 做"高低手摇铃"。

第七~十四拍 做"原地跳转"。

15. 糯生蹉罗(奏锣鼓点二)

准备 众人成圈面对圆心,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~十六拍 做四次"高低手摇铃"。

第十七拍 双脚成"正步",上身前俯,双"担臂"。

第十八拍 做"抖肩"。

第十九~二十六拍 做"原地跳转"。

16. 共生空巴(意为"大神")(奏锣鼓点二)

准备 面对神台,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~二拍 做"摇板铃一"。

第三~六拍 做"高低手摇铃",同时左转身半圈。

第七~十八拍 依次向左、后、右做"高低手摇铃"各一次。

第十九~二十六拍 做"原地跳转"。

17. 棱余敬古(意为"大神")(奏锣鼓点二)

准备 众人成圈面对圆心,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~十二拍 做三次"高低手摆铃"。

第十三拍 双脚站"正步",上身前俯,双"担臂"。

第十四拍 左腿屈膝勾脚朝后踢一下。

第十五~二十二拍 做"原地跳转"。

18. 达拉明彪(神名)(奏锣鼓点三)

准备 众人成圈面向逆时针方向,左手"执板铃",右手"执手摇鼓"。

第一~二十拍 做"弓步摇铃"。

第二十一~二十二拍 做"孔雀独立"。

第二十三~二十四拍 右脚落地,左腿勾脚前吸,左手叉腰,右手于右上方"摇鼓"。

第二十五~二十六拍 做第二十三至二十四拍的对称动作。

第二十七~二十八拍 同第二十三至二十四拍。

第二十九~四十拍 做"大鹏亮翅"接"大鹏欲飞",连做三次。

第四十一~四十四拍 面向顺时针方向做"弓步摇铃"的前四拍动作。

第四十五~四十六拍 转身面对圆心"大八字步全蹲",同时双手在两旁下方摇鼓、

第四十七~四十八拍 做第二十三至二十四拍的动作。

第四十九~五十拍 右腿前吸朝左跳转半圈成背对圆心,同时摇鼓。

第五十一~七十二拍 反复第二十九至五十拍的动作。

第七十三~七十四拍 右脚后落成右"后弓步",右"贴腋",手做碎摇鼓,左手于左前下方"碎摇铃"。

19. 什罗木孰(意为"找什罗尸体")

本套路分为三段。

第一段:

铃。

准备 众人成圈面对圆心,左手"执板铃",右手"握刀"。"小八字步"屈膝,上身前躬, 双臂"贴腋",左手"碎摇铃"。 第一拍 上身起。

第二拍 双脚踮一下。

第三拍 右脚向右上步、左脚紧跟向右转半圈成背对圆心,上身稍右倾,双"担臂",刀口朝前横于胸前。

第四拍 双脚踮一下。

第五拍 左小掖腿,右腿屈膝。

第六拍 右膝伸直。

第七~十六拍 做五次第五至六拍动作。

第十七~二十六拍 做五次第五至六拍的对称动作。

第二十七拍 左脚前落成左"前弓步",双臂于左前方,右臂稍屈肘。

第二十八拍 重心后移,双臂朝右后下方拉(表示拉什罗的尸体)。

第二十九~三十六拍 做四次第二十七至二十八拍的动作。

第三十七~三十八拍 做第五至六拍的动作。

第三十九拍 右脚朝右迈一步,左脚跟上,同时右手将刀从右下经左向上划至"架刀"位,左"担臂"。

第四十拍 双脚踮起随即压下。

第四十一~四十四拍 同第三十九拍至四十拍。

第四十五~五十拍 腿做三次第三十九至四十拍的对称动作,手臂动作同第三十九至四十拍。

第五十一~五十二拍 做"悠瞪步转"半圈成面对圆心。

第五十三~五十四拍 面向圆心做"砍刀"。

第二段:

第一拍 顺时针方向右脚朝前迈一步,左脚跟上,双"担臂",刀口朝前横于胸前。

第二拍 双脚踮起压脚跟一次。

第三~四拍 双臂位置不变,腿做第一至二拍的对称动作。

第五拍 右转身面对圆心,左腿勾脚前吸,双"扣臂"。

第六拍 做"前弓劈刀"。

第七~十二拍 做"第一段"第五至六拍的动作三次。

第十三~十八拍 做"第一段"第三十九至四十拍的动作三次。

第十九~二十拍 做"第一段"第五至六拍的动作。

第二十一~二十二拍 右脚朝圆心迈一步,左脚跟上稍屈双膝,两臂屈肘前平抬,左 手"碎摇铃"。

第二十三~三十拍 原地做四次第二十一至二十二拍的动作。(表示第二段舞蹈已完) 1284 第三段:

Ł

准备 面对圆心,站"正步"。

第一拍 撤右脚成右"后弓步",同时右臂从前向右后下方拉,左屈肘于前下方(见图十九)。后半拍重心前移,双臂随之摆向前下方(力用在前半拍向后拉的动作上)。

第二~六拍 做五次第一拍的动作。

提示:以上动作表示将什罗拉出。

20. 什罗口崩期你谷(意为"什罗脚被毒刺扎")(奏锣鼓点二)

准备 众人站圆圈面对顺时针方向,双腿屈膝,左脚踮起,双 "担臂",上身前俯。

第一拍 前半拍,左脚稍后撤离地。后半拍左脚靠于右脚旁, 双脚踮起。

第二拍 脚的动作同上,双臂做"划臂摇铃"的第一至二拍动作。

第三~四拍 腿部动作不变,双臂做第一至二拍的对称动作。

第五~十二拍 做两次第一至四拍的动作。

第十三~十六拍 做第一至四拍动作,边做边原地向左转一圈。

第十七~二十拍 做第十三至十六拍的反向动作。

以上动作表示什罗脚被刺扎着

第二十一拍 右脚跺地前吸 45 度,左脚跳一下,左"担臂",右手于右上方。

第二十二拍 右脚落下做"镇妖"的第二拍动作。

第二十三~二十四拍 同第二十一至二十二拍。

21. 彪巴踔(意为"法器降魔杵舞")(奏锣鼓点二)

准备 面对"毒海",左手"执板铃",右手"持降魔杵"。

第一~十二拍 做三次"高低手摇铃"。

第十三~二十拍 做"原地跳转"。

第二十一~三十四拍 做七次"原地跳转"的第三至四拍动作,双"担臂"。

第三十五~四十六拍 做第一至十二拍的动作。

第四十七~五十四拍 做第十三至二十拍的对称动作。

22. 勒久敬究之二(意为"大神")(奏锣鼓点二)

准备 众人站"正步"面对神台,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~二十六拍 做"击鼓摇铃"的动作。

第二十七拍 右脚起向后腿两步成"正步",左臂屈肘下臂前平抬,右手高刀尖朝上,眼看刀。

第二十八拍 双脚踮起随即压下。



图 十九

第二十九~三十拍 左"悠蹬步转"一圈。

第三十一~三十二拍 右脚起朝前做第二十七第二十八拍的动作。

第三十三~三十四拍 左脚起做第二十七至二十八拍的动作。

第三十五拍 左腿勾脚前吸,双"担臂",右腿稍屈膝。

第三十六拍 右膝稍伸直。

第三十七~四十拍 做两次第三十五至三十六拍的动作。

第四十一~四十六拍 做三次第三十五至三十六拍的对称动作。

第四十七~七十拍 向右、后、左三个方向做第三十五至三十六拍及第四十一至四十 六拍的动作各一次。

第七十一~七十二拍 做左"悠蹬步"转半圈。

第七十三~七十四拍 左脚上前一步,右"掖腿",双"担臂"。

第七十五~七十六拍 做第七十三至七十四拍的对称动作。

第七十七~七十八拍 向圈内做"劈刀"。

23. 格阔(意为"大神")(奏锣鼓点一)

准备 面对神台,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~二十六拍 做"击鼓摇铃"成背对神台。

,第二十七~二十八拍 右"商羊腿"勾脚,双"担臂",刀尖朝上。

第二十九拍 右脚放下成大"八字步半蹲",双"扣臂",刀横于胸前,刀口朝外。

第三十拍 双膝颤动一次。

第三十一拍 双腿较大幅度地下蹲一次。

第三十二拍 双膝颤动一次。

第三十三~三十六拍 做两次第三十一至三十二拍的动作。

第三十七~三十八拍 向左做左"悠蹬步转"半圈,双腿成"大八字步半蹲"。

第三十九~五十拍 做三次第三十一至三十二拍及第三十七至三十八拍的动作。

第五十一~五十二拍 腿动作同第三十七至三十八拍,左"担臂",右手"架刀"。

第五十三~五十八拍 腿动作同第三十一至三十二拍,双臂慢慢放下。

第五十九~七十四拍 脚收回成"小八字步"做两次"风摆柳一"。最后四拍众人成 圆圈。

第七十五拍 面对圆心,顺时针方向做一次横"蹉步",同时双"担臂"刀横于胸前,刀口朝外。

第七十六拍 做第三十一拍的动作。

第七十七~八十四拍 做四次第七十五至七十六拍的动作。

第八十五~八十八拍 面对圆心双"担臂",右腿屈膝勾脚前抬 45 度,左腿每拍一次 1286

向前跳三步。

第八十九~九十二拍 做第八十五至八十八拍的对称动作。

第九十三~九十四拍 向圈内做"前弓劈刀"。

24. 跋踔(意为"花舞")(奏锣鼓点四转锣鼓点二)

准备 人数不限,偶数。两直排面对祭台,分别每两人手拉手或搭肩,以右排为例,左排做对称动作。

第一~二拍 右手拿花枝(或灯)自然下垂,左脚起朝前走两步,双脚靠拢。

第三拍 双脚踮起,右臂朝左摆。

第四拍 双脚跟落下,右臂摆回原位。

第五~六拍 腿做第一至二拍的对称动作,手臂动作同第一至二拍。

第七~八拍 同第三至四拍。

第九~十拍 左脚起向后退两步,双脚靠拢,右臂自然下垂。

第十一~十二拍 同第三至四拍。

第十三~二十四拍 反复第一至十二拍的动作。

(以下转锣鼓点二)

第二十五~二十七拍 左脚起朝前走三步,同时右臂做"身旁插花"前三拍的动作。

第二十八拍 右腿稍前吸,同时将花换至左手。(此时将拉着的手放开)。

第二十九~三十二拍 做第二十五至二十八拍的对称动作。

第三十三~四十八拍 做两次第二十五至三十二拍的动作。

第四十九~七十二拍 腿做第二十五至四十八拍后退的动作,手臂动作同第二十五至四十八拍。

第七十三~七十六拍 原地做第二十五至二十八拍的动作,最后一拍左转身四分之一圈。

第七十七~八十拍 原地做第二十五至二十八拍的动作,最后半拍时右绷脚稍前踢。

第八十一~八十四拍 做"甩腿跳"第一至四拍的动作,同时右臂屈肘于右前,下臂上举,左臂自然下垂。

第八十五~八十八拍 朝后做"甩腿跳"的第四至八拍动作。

第八十九~九十二拍 做"膝旁插花"。

第九十三~九十六拍 做"膝旁插花"的对称动作。

第九十七~一一二拍 做两次第八十九至九十六拍的动作。

第一一三~一一六拍 每二人一组面对面做两次"敬花"。

第一一七~一二八拍 与对面舞伴左"勾肘",腿做"甩腿跳"的第一至四拍动作。

第一二九~一四○拍 右"勾肘",腿做"甩腿跳"的第五至八拍动作。

第一四一~一四四拍 每二人面对面做"胸前绕花"。

第一四五~一四八拍 右脚起向右横走四步成"正步",做"胸前绕花"。

第一四九~一五二拍 做"胸前绕花", 左转半圈成背相对。

第一五三~一五六拍 左脚起向前走四步,做"胸前绕花"。

第一五七~一六○拍 右脚起向后退四步,同时做"胸前绕花"。

第一六一~一六四拍 右手做"膝旁插花"。

第一六五~一六八拍 做"膝旁插花"的对称动作。

第一六九~一七二拍 右手做"膝旁插花",同时右转身半圈成面相对。

第一七三~一八四拍 原地站立,右手按右、左、右顺序做"膝旁插花"各一次。

第一八五拍 左腿前吸,左"按掌"位,右"担臂"。

第一八六拍 落左脚成"大八字步半蹲","双担臂"。

第一八七~一八八拍 向左做"轴心转"一圈。

第一八九~一九二拍 做第一八五至一八八拍的对称动作。

第一九三~二〇〇拍 做两次"甩腿跳",前四拍右手高左手低,后四拍左手高右手低,做到后四拍时边做边右转半圈。

第二○一~二○八拍 做第一九三至二○○拍的动作(可多次反复,节奏由慢渐快)。

ł

第二〇九~二一二拍 双腿屈膝上身前俯,左脚起向前走三步,第四拍右腿屈膝稍前抬,双手握花于胸前(表示相互作揖)。

第二一三~二一六拍 右脚起朝后退三步做二〇九至二一二拍的对称动作,同时手做"胸前绕灯"。

(多次反复第二〇九至二一六拍的动作)

第二一七~二三六拍 反复一次第二〇九至二一六拍的动作,队形由直排变成两横排,面对祭台,将灯花献上。

第二三七~二四九拍 做第二十五至二十八拍的动作三次,第三次时边做边向右转 半圈。

第二五〇~二六二拍 背对祭台做三次第二十五至二十八拍的动作。

25. 般米踔(意为"灯舞")(奏锣鼓点二)

准备 双手"端灯"。

第一~二拍 面对顺时针方向,左脚后退一步,同时做"胸前绕花"。

第三~四拍 做"弓步托灯"。

第五~十拍 左脚起朝前走六步,双臂反复做"胸前绕灯"。

第十一~十二拍 左脚撤一步,双腿屈膝,右手于右前下方,左手"提襟"位。

第十三~十六拍 左脚起顺时针方向走三步,双臂做"胸前绕花"。

1288

第十七~十八拍 撤右脚成右"后弓步",左手于左前下方,右臂屈肘,下臂抬至与肩 齐。

第十九~二十二拍 做"摆尾"。

第二十三~二十四拍 撤右脚成右"后弓步",双臂稍屈肘,从前经上向后划两圈。

第二十五拍 单数人右脚朝前迈一步的同时右转身半圈,手做"胸前绕灯"。

第二十六拍 左"端腿",手臂动作同上。

第二十七~三十拍 保持姿态做两次"胸前绕灯"。

第三十一~三十二拍 右腿勾脚前吸,双手右"顺风旗"位,二人右肩相对,左脚朝右前跳动,二人背对背交错而过成两人背相对。

第三十三~三十四拍 右脚前落成右"前弓步",各自半蹲左转半圈成"踏步托灯"。

第三十五~三十六拍 二人面对面,右脚起各自向右横走三步,第三步时落成右"旁弓步",左手于腹前,右臂屈肘,下臂旁抬与肩齐。

第三十七~三十八拍 做第三十五至三十六拍的对称动作。

第三十九~四十拍 撤右脚成右"后弓步",左臂于前下方,右臂姿态不变。

第四十一~四十二拍 右脚起朝前走两步,第二步时成左"后弓步",双臂做第三十九 至四十拍的对称动作。

第四十三~四十四拍 做第三十一至三十二拍的动作。

第四十五~四十六拍 右脚落下顺势半蹲,左腿屈膝朝后踢起。

第四十七拍 左腿落地,二人各自右碾转半圈成面对面。

第四十八拍 左腿前吸,双手右"顺风旗"位。

第四十九~五十拍 左脚朝前落地,双腿屈膝向右碾转半圈,左手"提襟"、右手"按掌"位。

第五十一~五十二拍 撤右脚成右"后弓步",左臂于腹前下方,右臂屈肘,下臂旁抬 与肩平。

26. 拉姆踔(意为"女神拉姆跳")(奏锣鼓点三)

准备 右手"执板铃",右手"执手摇鼓",众人围成圆圈。

第一~二十拍 面向顺时针方向做"弓步摇铃"。

第二十一拍 左腿前吸,右手于右上方"摇鼓",左"担臂"。

第二十二拍 保持姿态,左手"慢摇铃"。

第二十三~二十四拍 做第二十一至二十二拍的动作,先"摇鼓",后"慢摇铃"。

第二十五拍 面向顺时针方向,左脚上前一步,右腿勾脚前吸,左手叉腰,右手"摇鼓"。

第二十六拍 做第二十五拍的对称动作。

第二十七~三十拍 做两次第二十五至二十六拍的动作。

第三十一~三十二拍 分别每两人右肩相对,双腿屈膝,右臂向上举起,左"担臂",第三十一拍时"摇鼓",第三十二拍时"慢摇铃"。

第三十三~三十四拍 左脚朝左迈一步成左"旁弓步",左臂向上举起,右手于前下方。

第三十五~三十八拍 同第三十一至三十四拍。

第三十九拍 做"单腿过堂"第一拍动作。

第四十拍 双脚右碾转半圈。

第四十一~五十拍 做第三十一至四十拍的动作。

第五十一~七十四拍 反复做第二十一至二十四拍的动作。

第七十五~七十八拍 右转身面对圆心,双手左"顺风旗"位,朝顺时针方向做"蹉步" 三次,最后一拍停住。

第七十九~八十二拍 右转身朝逆时针方向做第七十五至七十八拍的对称动作。

第八十三~八十六拍 做第七十五至七十八拍的动作。

第八十七~九十拍 右转身背对圆心做第七十五至七十八拍的动作。

第九十一~九十二拍 左"端腿",右臂向上举起,左手叉腰,往左"单腿跳"转一圈。

第九十三~九十四拍 做第九十二至九十三拍的对称动作。

第九十五~九十六拍 站"正步",上身前俯,右手"碎摇铃"。

27. 套尤丁巴(大神名)(奏锣鼓点二)

准备 众人成圈面对圆心,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~四拍 左脚前跨一步,双手成右"顺风旗"位"慢摇铃"四次,身体随节奏重拍朝下颠颤。

第五~十二拍 做两次"顺风旗摇铃"。

第十三~十六拍 做第一至四拍的动作。

第十七~二十四拍 做两次"顺风旗摇铃",同时左转半圈。

第二十五~二十八拍 做第一至四拍的动作。

第二十九拍 右腿前吸 45 度,左脚向右跳落顺势转半圈,双手左 "山膀"右"按掌"位,右手向外翻腕,刀尖朝下(见图二十)。

第三十拍 右脚后踏成右"大踏步",上身稍前倾,右手举于右 上方。

第三十一~三十二拍 手的动作不变,脚做第二十九至三十拍的 对称动作。



图 二十

1290

28. 呛生补伍(意为"请菩萨下来")

准备 面对祭台,左手"执板铃"、右手"执手摇鼓""贴腋"。

第一拍 双腿半蹲,后半拍做左"前擦地",左臂做"送肩"。

第二拍 右手做"慢摇铃"。

第三拍 保持半蹲姿态,左脚擦地收回,同时左臂收回"贴腋",右臂做"送肩"。

第四拍 做"划肩"。

第五~八拍 反复第一至四拍的动作。

第九拍 保持半蹲姿态,做"风摆柳二",目视前方,双臂稍屈上举,齐摇鼓、铃一下。

第十拍 双膝稍直,双臂"山膀"位。

第十一拍 向右碾转四分之一圈,齐摇鼓、铃一下。

第十二拍 保持姿态。

第十三拍 双膝屈,左臂向左前上方伸出,右"贴腋",头靠向左上臂,目视下方,齐摇 鼓、铃一下(见图二十一)。

第十四拍 双臂做第十三拍的对称动作。

第十五~十八拍 做两次第十三至十四拍的动作。

第十九拍 双膝屈,向右碾转四分之一圈,手臂为双"担臂"位,齐 摇鼓、铃一下。

第二十拍 保持姿态。

第二十一~二十六拍 反复三次第十三至十四拍的动作。

第二十七~二十八拍 反复第十九至二十拍的动作。

29. 优麻杆劈杆孰杆斯杆约踔(意为"优麻丢刀找刀磨刀拿刀跳")

### (奏锣鼓点三)

准备 面对顺时针方向,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~二十拍 做"弓步摇铃"。

第二十一~二十二拍 右脚后退一步,做"刀擦板铃"。

第二十三拍 右转身面对圆心,左脚上前一步,右膝跪地,上身前俯。

第二十四拍 右手将刀尖朝前擦地丢出,右"担臂"。

第二十五~二十八拍 立起,右脚后撤成右"后弓步",双臂前平抬,右手握拳拇指翘起,同时双臂重拍朝后每拍一次从前向右后拉四次。

第二十九~三十六拍 左"端腿"向左小跳八下同时转一圈,右臂于身体左、右划四次"八"形,左"担臂"。

第三十七~四十四拍 做第二十九至三十六拍的对称动作。

第四十五~五十二拍 做"孔雀独立",左脚每拍一次踮脚向左碾转一圈。

第五十三~五十六拍 面对刀子,右手张开,右臂对刀划两次"八"形,其它动作不变。

图 二十一

第五十七~六十二拍 左腿上下屈伸三次,其它动作不变。

第六十三~六十四拍 双腿成"大八字步全蹲",将刀抬起。

第六十五~六十八拍 双腿立起,右手做两次"八字刀花"。

第六十九~七十八拍 撤右脚成右"后弓步",右手将刀夹于左腋下。

第七十九~八十四拍 右手抡刀做三次"八字刀花"。

第八十五~八十六拍 保持姿态,将刀从左腋下抽出。

第八十七~九十拍 左腿勾脚前吸,右脚小跳四次右转一圈,同时双手至左"顺风旗"位。

第九十一~九十六拍 落左脚右"端腿",右手做两次"冲刀",第三次做"丢刀"。

第九十七~一〇〇拍 右手将刀接住,左腿勾脚前吸,右脚小跳四次同时右转一圈,双手于右"顺风旗"位。

第一○一~一○四拍 做第九十七至一○○拍的对称动作。

第一〇五~一一〇拍 双腿姿态不变,做"吸腿磨刀"三次。

第一一一~一二四拍 做"脚掌磨刀"三次。

第一二五~一二六拍 向左做左"轴心转"一圈,同时右手举刀在头上方抡"八"形,左"担臂"。

第一二七~一三二拍 做第九十一至九十六拍的动作。

第一三三~一三六拍 向左做左"轴心转"两圈,右手抡刀做"八字刀花",左臂屈肘下臂前平抬。

第一三七~一四〇拍 做第一三三至一三六拍的对称动作,双臂动作不变。

第一四一~一四二拍 双腿成右"后弓步",右臂向上举起,左手于前下方"碎摇铃"。

30. 优麻德紫茨(意为"优麻砍鬼树")(奏锣鼓点二)

准备 众人在祭台前围圈站立,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~二十拍 做"弓步摇铃"。

第二十一~二十二拍 面对圆心,左脚前迈一步成左"前弓步",右手抡刀砍向左前下方,左"担臂"。

第二十三~二十四拍 右转半圈成右"前弓步",双手做第二十一至二十二拍的动作。 第二十五~二十六拍 左腿向右跨转四分之一圈成左"前弓步",手做第二十一至二十二拍的动作。

第二十七~二十八拍 右转半圈成右"前弓步",手做第二十一至二十二拍的动作。

第二十九~三十拍 右腿勾脚前吸,右手抡刀做"八字刀花"。

第三十一~三十二拍 左脚前落成右"后弓步",手做第二十一至二十二拍的动作。

第三十三~三十六拍 做两次"刀擦板铃"。

1292

第三十七~三十八拍 左腿勾脚前吸,右脚朝前跳一步落成左"前弓步",同时右手"劈刀"。

第三十九~四十拍 重心后移做"跪地背刀"的第二拍动作。

第四十一~四十二拍 做"跪踢腿"。

第四十三拍 右脚退一步,左脚靠拢右脚,右手将刀夹于左腋下。

第四十四拍 踮双脚压脚跟一次,同时右手将刀拉出。

第四十五~五十拍 依次向右、后、左三个方向各做第四十三至四十四拍的动作 一遍。

第五十一~五十六拍 右肩对圆心,朝前做三次第四十三至四十四拍的动作。

第五十七~六十拍 双腿"大八字步半蹲",右手举刀从右上砍向右下方,再从左上砍至右下方,左"担臂"。

第六十一~六十二拍 右腿勾脚前吸,向左小跳两次同时左转一圈,右手抡刀从右上往左砍下。

第六十三~七十拍 做第五十七至六十拍的动作两次。

第七十一~七十六拍 撤右脚成右"后弓步",手做第四十三至四十四拍的动作三次。

31. 玛优棘提(意为"孔雀喝水")(奏锣鼓点二转锣鼓点四)

准备 众人成圈面对顺时针方向,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~四拍 做"弓步摇铃"的第一至四拍动作。

第五~八拍 朝后退做第一至四拍动作。

第九~三十二拍 分别向左、后、右三个方向各做第一至八拍的动作一遍。

第三十三拍 左腿勾脚前吸,双"担臂"。

第三十四拍 落左脚,右腿勾脚前吸,同时右转半圈。

第三十五~三十六拍 做第三十三至三十四拍的对称动作。

(以下转奏锣鼓点四)

第三十七~四十四拍 双脚站"小八字步",上身慢慢前俯,双"担臂",最后一拍"抖肩"。

第四十五~五十二拍 上身慢慢立起,最后一拍抬头朝天看一眼。

第五十三~六十拍 屈双膝,向后慢慢下腰,双"扣臂"。

第六十一~六十八拍 上身慢慢立起,膝随之伸首。

第六十九~七十拍 屈双膝,左腿朝左抬起。

第七十一~七十二拍 右腿稍直。

第七十三~八十拍 做两次第六十九至七十二拍的动作、最后一拍时左腿及双臂用力向上抬一下。

第八十一~九十二拍 做第六十九至八十拍的对称动作。

第九十三~九十四拍 左腿屈膝勾脚朝前踢一下落地。

第九十五~九十六拍 右腿屈膝勾脚朝后踢一下。

第九十七~一〇八拍 转身分别向左、后、右三个方向各做一遍第九十三至九十六拍的动作。

第一〇九至一一〇拍 双脚站"小八字步",稍屈膝,双肘"贴腋"。

第一一一拍 双膝伸直,脚跟踮起,双臂向两边伸开如孔雀展翅状。

第一一二~一二六拍 反复五次第一〇九至一一一拍的动作,最后一拍双脚跳一下。

第一二七拍 左腿勾脚前吸,双"担臂"。

第一二八拍 右转身半圈。

第一二九~一四八拍 做第一〇九至一二八拍的动作。

第一四九~一五〇拍 左脚撤向右后顺势向左转一圈,同时双臂抬起于"斜托掌"位。

第一五一~一五二拍 做第一四九至一五〇拍的对称动作。

第一五三~一五四拍 做第一四九至一五〇拍的动作。

第一五五~一五七拍 双膝屈,上身前俯,双肘"贴腋",碎步朝前跑。

第一五八拍 右腿屈膝勾脚前踢一下。

第一五九~一六二拍 做第一五五至一五八拍的动作。

第一六三拍 脚成"正步",双臂屈肘下臂前平抬。

第一六四拍 双脚踮起,上臂往两边抬起与肩平。

第一六五~一六八拍 做两次第一六三至一六四拍的动作。

第一六九~一七二拍 双膝屈,上身前俯,两臂伸于左、右后下方,碎步前跑。

32. 横依般拍儿(意为"神的白牦牛")(奏锣鼓点二)

准备 众人成圈面对顺时针方向,左手"执板铃",右手"握刀"。

第一~二十拍 做"弓步摇铃"。

第二十一拍 前半拍,右脚朝前迈一步,后半拍左"掖腿"跳一下,同时右手做"转腕刀花",左下臂前平抬。

第二十二拍 左脚朝左跨一步成左"旁弓步",头做"鹿顶角"第二拍动作,双"担臂"。

第二十三~二十六拍 做两次第二十一至二十二拍的动作。

第二十七拍 右脚朝后退一步,同时左腿勾脚前踢 45 度,右手做"转腕刀花",右臂屈肘下臂前平抬。

第二十八拍 左脚朝右前跨一步成左"前弓步"转身面对右前,其它动作同第二十 二拍。

第二十九~三十二拍 做两次第二十七至二十八拍的动作。 1294 第三十三~三十四拍 左腿前吸同时右转身半圈。

第三十五~七十六拍 依次向左、后、右各做第二十一至三十四拍的动作一遍。

第七十七~八十拍 做"弓步摇铃"的第一至四拍动作,分别走成二人面相对。

第八十一拍 各自做"孔雀独立"动作,每二人头对头,双"提襟"。

第八十二拍 保持姿态,双手同时往外翻腕成拳心向上。

第八十三拍 左腿姿态不变,右脚后落成左"前弓步",上身前俯,分别每二人头对头,双"提襟"。

第八十四拍 同第八十二拍。

第八十五~九十二拍 做第七十七至八十四拍的动作。

第九十三~九十四拍 左腿前吸同时往右跳转一圈,双手右"顺风旗"位。

第九十五~九十六拍 做第九十三至九十四拍的对称动作。

第九十七~九十八拍 左手"碎摇铃"。

## (五) 跳 法 说 明

东巴教的祭祀仪式种类繁多,大仪式套中仪式,中仪式套小仪式,多达几十种。每次大小仪式都要跳几套舞蹈。目前,完整的仪式民间已无活动。

1. 丁巴什罗舞("丁巴什罗务")

该舞原来专为大东巴去世之后才组织祭祀表演,后来,凡有地位的人或长寿者去世,都组织此种超度亡灵的祭祀仪式。

祭东巴教主丁巴什罗的仪式极严格,它区别于其它祭祀仪式。丁巴什罗舞于大东巴死 后办丧事期间进行,事前择定吉日,并集中于那一天活动。这是东巴舞中最重要的一部分。

舞蹈的地点就在主人家的院子或门外场坝,祭祀前要布置一个神台和一处祭场。神台一般设在正堂,摆张四方桌,桌面上铺一床羊毛毡子,上下都铺上一层青松毛,中间摆有一个斗,内装五谷杂粮,称"喊魂斗",上插两面三角旗,代表太阳和月亮,插几根柏枝代表神门;桌面上还摆有面偶、香火、瓜果糖茶、圣水和酒等。正面墙上方挂有"萨利伍德大神",两边挂有"战神"、"优麻护法神"、"丁巴什罗"和青龙等轴嶂画像。祭台侧边为东巴们吟诵经书时坐的位置,放有各种法器、乐器。东巴吟诵和舞蹈就从这里开始。祭台两旁还摆有用竹篾编扎并用纸裱糊彩绘的各种模型,其中有丁巴什罗坐像,坐像手拿板铃和手摇鼓;有翅白牦牛、有翅白马各一驮着经书;一座小型三层八角尖顶小楼模型称"众神房"。正对神台的院子里布置有祭场,中央竖一棵"独树"(称"顶天柱"),用木条和五彩布裹扎而成。顶

天柱前摆一张桌子布为祭台。院内居中用泥土砌一个小水塘,中间堆个小山坡代表"若那觉罗神山",水塘围山分成三段,分别染成红、黑、白三色,代表丁巴什罗受难的米丽德吉呵毒海。上面插有三色旗、"课牌"画等。以上布置及主持仪式、吟诵、跳舞等均由东巴们来完成。参加的人数可多可少,视条件而定,少则几人、十几人,多则几十人,甚至几百人。历史上为祭奠阵亡英雄就曾组织过二三百东巴集中在一起的大祭舞蹈。

丁巴什罗的整个舞蹈,均紧紧围绕着亦人亦神的东巴教主丁巴什罗的故事而展开,并贯穿始终。

传说,远古时天地混沌,人类遇上了灾难,四面八方都出现了妖魔鬼怪。可怜的人类连栽根拴牛桩的地盘也没有。村里老人、男人、女人来商量,请能者智者来商量。人们认为只有到十八层天上去请丁巴什罗才能驱邪镇妖,人间才能太平。为了人间的安宁,丁巴什罗告别了父母,离开了天界,身上背着阿爸给做的大如树干的弯弓,腰插大如犁杠的箭杆,足上穿着阿妈缝制的白底黑帮的踩鬼鞋,让白牦牛和白犏牛驮着九十九驮经书,左手拿着太阳一样的金黄板铃,右手拿着月亮样的银白手鼓,带领着三百六十个弟子,从那若那觉罗神山顶来到了人间。

三天后,丁巴什罗出世了。据说,丁巴什罗是从母亲萨绕罗兹吉姆左腋下诞生的。丁巴什罗出世第三天就跟"金色神蛙"学走路,出世第九天就去三脚炉铜锅里脱胎换骨,练就了一身本领。又跟神蛙学会了跳舞的本领,跳舞的本领学会了,镇妖压鬼的本领更大了。带翅的大鹏、带爪的狮子、带角的青龙均为丁巴什罗的胜利神,是专门战胜带翅、带爪、带角之鬼的。丁巴什罗在三个胜利神的卫护下,四处求圣水,用弓箭射中了冒米波罗山脚,用力拨出了弓箭,从箭头洞口处流出了清清的神药圣水,什罗把圣水,敬供给每一个神,祈求神灵保佑,镇住妖魔。广阔大地太平了,只有女妖瓷命共松麻忌恨在心,暗暗想施毒计加害于丁巴什罗。丁巴什罗没有识破女妖的美人计,娶了女妖瓷命共松麻为第一百个妻子,被妖所害,误入了毒海,丁巴什罗失踪了,人人去找他,三百六十个弟子、五方大神去找他。东、南、西、北方大神到东南西北方向去找他,中央大神上天边去找他。丁巴什罗三个贤能的弟子够补塔、纳补塔、嚅补塔四面八方去找他,善良的神鸟告诉三个贤能的弟子,什罗的衣服在毒海边,什罗被害入了毒海。什罗的白山羊去杀女妖瓷命共松麻,三个贤能的弟子到毒海边去救他,毒海边长满了荆棘,大神达拉明彪甩开两面神磨去海边,神磨擦出了冲光的火花,把荆棘全烧光,为三个贤能的弟子开了路。丁巴什罗终于被救出了毒海。三百六十个弟子传开了,九十九个拉姆传开了,都来迎接教主上了岸,沿着神路送丁巴什罗升了天。

舞蹈伴奏乐器有板铃、手摇鼓、大鼓、铓、钹、平鼓、扁鼓。由演员敲响乐器或东巴伴奏,可同时进行。曲子的吟唱不直接配合舞蹈节奏,而在舞蹈之前或当中吟唱,可唱全本经书,也可选段唱,灵活掌握。

主持者东巴头戴雉尾帽,手持法仗降魔杵,左手执板铃,众东巴戴五佛冠,着服饰,左手执板铃,右手可根据自己的习惯和舞蹈的需要拿各种乐器、法器。

舞蹈的几个部分依次为:

(1)什罗出世学本领

吟唱东巴经书《丁巴什罗的出处和来历》,唱曲有《请什罗》、《祭什罗》等。

开头跳"萨绕罗兹吉姆"(意为"丁巴什罗的母亲"),动作表现丁巴什罗从母亲左腋下出世的情景。众东巴开始面对神台,跪在神台前跳,到转身动作时可转方向,在神台前反复舞动。

此舞段由男东巴跳,东巴习惯于跳群舞,也可由一人跳。左手"执板铃",右手"握刀", 也可以"执手摇鼓"。

接着跳"什罗几几索"(意为"什罗学走路")和"憨拾罢美绰"(意为"金色大蛙跳")这两套动作在神台前跳,左手"执板铃",右手"握刀",可面对神台或背向舞动,反复多次。可由两人表演什罗跟大蛙学本领的情景。

最后 跳"什罗东巴构"(意为"什罗跳东巴"),由众人表演,均左手"执板铃",右手"握刀",围着"顶天柱"跳,表示什罗已学到本领。

(2) 什罗祈神压鬼镇妖

音乐用《燃神灯》、《什罗朝神舞》、《驱赶罪恶鬼》等曲,可在舞前唱或于舞蹈中间穿插。

"世罗般米制"(意为"什罗燃神灯"),东巴的左手"执板铃",右手"端灯",面对神台反复跳。

接着跳什罗的三个胜利神、借助神力压邪:

"都拍儿晓渠"(白翅大鵬),左手"执板铃",右手"握刀",围顶天柱跳动;

"娃含姆斗"(青龙),左手"执板铃",右手"握刀",围顶天柱跳动;

"邹资高劳"(意为"带爪的白狮"),左手拿板铃右手"虎爪"。可由三个胜利神轮流跳独舞,也可由众东巴们分为三组围顶天柱轮流跳,反复多次。

"什罗瓷如儿"(意为"什罗压鬼"),舞者左手"执板铃",右手"握刀",可在毒海边或围顶天柱反复跳。意为在神灵的保佑下什罗压邪。

什罗求圣水跳"考绕米久"大神的弓箭舞。手持弓箭,在毒海边跳,求圣水供给神灵。此为双人舞。

(3)什罗遇难

"瓷命共松麻绪"(意为"杀女妖贡松麻之意"),左手"执板铃",右手"握刀",表现白山 羊杀妖女的动作。

找什罗的场面所跳的套路有五方大神:

"格衬衬补"(东方大神),左手"执板铃",右手"握刀"。表现东方大神跨座骑四面八方 找什罗的舞蹈。在神台前跳此舞,于顶天柱前跳"四门开"(表示四面八方寻找)。可与其他 各方大神轮流跳,也可分成"胜日米格"(西方大神)、"糯生蹉罗"(南方大神)、"共生空巴" (北方大神)、"梭余敬古"(中央大神)五组同时跳,还可独舞。

"达拉明彪"(开路大神),舞者左手"执板铃",右手"执手摇鼓",围毒海跳。

"什罗木熟"("找什罗尸体"之意),为舞蹈的高潮,所有东巴手拿各种乐器、法器围着院中的"毒海",有的还拿三角尖叉、鹰爪叉等各种"救什罗"的器具,分为三组,每组由一人为头,边轮流跳边做捞尸体的动作。事前在"毒海"内放一松柏枝条,跳一段拉上来一节,最后完全拉出,表示将丁巴什罗救出。然后众东巴跳"什罗肯崩期你谷"(什罗脚被毒剌扎),表示丁巴什罗曾遇难。有些地方由民间妇女上去捞什罗"尸体",表示什罗之妻拉姆们也来救什罗。再扯开"神路图",表现送什罗升天的过程。此时可唱《献祭品》、《求神赐本领》、《超荐死者》等曲,并可继续跳各种战神、优麻护法神之舞。

2. 拉姆灯花舞("拉姆务")

该舞是在东巴的妻子去世后,超荐死者亡灵的祭祀仪式中跳的舞蹈。拉姆,东巴故事中为丁巴什罗之妻,也称为女神。据称丁巴什罗有九十九个拉姆,舞蹈在祭祀丁巴什罗仪式的当天晚上也可以表演,表示由拉姆们送什罗升天。

参加舞者可多可少,多时可达九十九人、地点在主人院中,正堂摆设一个神台,院心设简单的祭祀场,场上没有祭丁巴什罗仪式中的特殊摆设,也无祭什罗的规模和场面。

舞蹈全部表现女姓,由东巴们男扮女装,据老东巴和育才先生讲,也曾有过由女性表演的,但未曾亲眼所见。本文主要介绍《花舞》、《灯舞》、《拉姆舞》。

舞蹈在神台前表演,除舞蹈外、参加人数需偶数。可以几个套路连跳,也可以分开跳,穿插于其他仪式中,灵活掌握。

使用道具是灯舞拿灯;花舞拿花;拉姆舞左手执板铃,右手执手摇鼓。也有的较随意, 灯、花、铃、鼓配搭着,如一手执板铃,一手拿灯,但灯花舞必须有灯或花。队形简单规范,中 徐难以插入。

(1)跋踔(花舞)(奏锣鼓点四转锣鼓点二)

两直排面对神台,两人手拉手,右舞者右手拿花,左舞者左手拿花。

第一~七十二拍 两直排面对神台舞动。

第七十三~一四四拍 两直排转成面对面做动作。

第一四五~一四八拍 两排面对,往各自的前后左右舞动。

第一四九~一五二拍 两排转成背相对。

第一五三~一六八拍 背相对各自往前舞动。

1298

第一六九~二一六拍 变队形成两横排,面对神台做动作。

第二一七~二二六拍 转成背对神台做动作。

(2)般米踔(灯舞)(奏锣鼓点二)

舞者双手拿灯,在神台前围圆起舞。

第一~三十拍 面对顺时针方向舞动。

第三十一~三十四拍 单、双数面对面做动作。

第三十五~五十四拍 单、双数面对或背对,往各自的前后左右做动作。

(3)拉姆舞(女神拉姆舞)(奏锣鼓点三)

左手"执板铃",右手"执手摇鼓"。在神台前围圈。

第一~六十六拍 面对顺时针方向舞动。

第六十七~七十拍 右转身面对圆心,往顺时针方向做动作。

第七十一~七十八拍 右转身往逆时针方向做对称动作。

第七十九~八十八拍 右转身背对圆心,往逆时针方向舞动。

3. 祭风舞("海拉力肯")

"祭风舞"是祭祀超度非正常死亡者的祭祀仪式中跳的舞蹈,祭风在整个东巴仪式中 占有重要地位,是重大仪式之一,舞蹈又是仪式中的重要部分。

祭风仪式有大祭风和小祭风,举行多大规模的活动,要以主人的具体情况而定。有一家一户组织的,也有一村以祈求全村平安吉顺而组织的。舞蹈的规模也以仪式的规模而定。

主要的祭风仪式是为殉情者的祭风仪式,也是祭风的主要起因。纳西族的殉情有其很深的历史根源及社会背景,东巴经《鲁般鲁铙》就是纳西族青年殉情的写照,古代就有"砍柴男奴缢于山,背水女奴缢于箐"的说法。民间也有"恋爱自由,结婚不自由"的说法,故导致了不少殉情悲剧的发生,殉情的男女们认为今生得不到幸福,死后可双双进入理想的极乐世界,因此在祭风舞仪式中,要把祭树装点得五颜六色,绚丽多彩。

大仪式一般举行三天,由东巴通过经书择定吉日,一般在冬春季节,东巴们事前要到主人家准备各种所需祭品祭物,设神堂、鬼寨、装饰祭风树等。需准备的很多,除与丁巴什罗舞段中相同的如"课牌画"(是一种尖头形的木牌,画有各种神、动物和鬼、宝物等,长 50至 60厘米,宽 10米左右的木牌画四、五十块之多)之外,还有纸制物如大小三角旗、纸花、纸人纸衣、裤、裙等,竹篾编的用纸裱糊并彩绘的风神"达拉哦萨命"像。还有祭品鸡、羊、猪、五谷,殉情者生前喜爱的用品、梳子、小镜子、口弦、烟锅、笛子等,布置了神台,又要安排鬼寨,一般设在院子中间与神台相对的地方,周围插上各种画有鬼的木牌画。左前摆有

用树枝做的殉情者的房子,用麻布包个松枝木偶于房中,右边是"素食鬼"①。左边置有"阳神石",右边放有"阴神石"②,中间一横排插有十八枝守卫神,风神达拉哦萨命像置于鬼寨的中央,另一角要栽两棵用松、柏或杨树做成的祭风树,树上插有各色纸花彩旗及五颜六色丝线绕成的棱形网状,上面还挂有梳子、镜子、口弦、纸衣等物品。

一切准备就绪,当晚就进入具体的活动,首先是除秽,各种法器敲响,主祭东巴念"迎神经",其他东巴分别吟诵一段。主要舞蹈安排在第二天。念完几本经后,东巴们开始跳"战神舞",要跳战神"考绕米鸠"的"弓箭舞",大神"套尤丁巴","娃含姆斗","独曲格补"、"罗巴套够"等舞,护法神优麻的杀敌鬼舞,"优麻丢刀找刀拿刀磨刀跳"。传说优麻是在天上,东巴们念经请他下来,他们唱道:"……请来威力无比的优麻护法神,迎来锋利无比的大刀,优麻磨刀擦刀跳起来……!"舞蹈表现优麻从天上下来时将刀丢失的痛苦和找到刀的喜悦心情,除很有特色的磨刀动作,如腋下磨刀,大腿上磨刀,脚掌上磨刀,板铃上磨刀以外,还有许多难度较大的动作,比如双脚跳上一米多高的八仙桌、跳完后,脚从后面将刀踢到前面接住等。这类动作,除艺人口授外,已无人能表演。"优麻容果踔"是优麻商量着跳的意思,舞中多次出现单脚跪地,背对背将头靠于双方肩上,表示互相商量。除此之外,还跳表现大神的"坐骑舞"。念过《迎九头格阔神经》,跳过九头神格阔之舞后,当天的舞蹈结束。继续其他活动。

第三天,照样要念经,念完《砍飞鬼树经》后跳"优麻砍鬼树"舞。先由一个大东巴点燃火把,在院里转上一圈,表示向神请示,然后将火把放在树下,众东巴围"鬼寨"起舞,每跳完一段舞,由领头的东巴将最上面的树枝砍去一枝,再跳一段再砍去一枝,只到只留下一小截树杆,使作祟鬼无处藏身为止。有的东巴在院中跳"弓箭舞",还向天上五方驱鬼,把天上和地下都清除一遍。

舞蹈结束后,东巴们再到野外去做一些简化程序的活动和其他的仪式,整个祭风就算结束,三天的活动及祭风舞也就结束了。

## (六) 艺人简介

和开祥 艺名多亨,男,纳西族,1921年出生,云南省丽江县鲁甸区新主金星村人。十二岁开始学习东巴艺术,直至 1949年。现在丽江地区东巴文化研究室工作。

多亨是三代祖传艺人。祖父是大东巴,东巴正名为劳抵巴都,戴上了代表大东巴地位

① (东巴经)中不正常死者的鬼。 ② (东巴经)中阴、阳两个守护神,用两块石摆于祭台左右。 1300

的"普吕"(帽子),是有等级、有地位的大东巴,父亲也继承祖业当上了东巴。

多亨自小深受父亲及祖父的影响,对东巴法事十分熟悉。父亲为了给儿子创造良好的学习条件,十二岁上,便送他到离家较远的村子,白天在汉文学校读书,晚上,拜寄在附近的大东巴多兔家学习东巴经文。三年后,又转送到正名大东巴杜补优登(多贵)处拜师,系统学习东巴文化。因他能尊师,为师傅端茶倒水,铺床洗刷样样都很勤快,学习也很踏实,因此受到师傅的偏爱,故有机会经常跟随大东巴到各地做道场,从更多方面学到了丰富的东巴知识。他曾去到过鲁甸、维西、巨甸、中甸等地,掌握了大部分东巴文字,不同地区有差异的文字都能识别。汉学对他有较大的影响,东巴文化也学得十分扎实,从"崇班图"(创世纪)开篇到"毕吕科"等系列篇章,都能熟练地背诵,准确地讲解。

多亨的法事绘画、工艺都做得十分精巧;唱念嗓音浑厚圆润。他主要擅长舞蹈,在东巴艺人中很突出,动作灵巧优美,舒展奔放,韵味浓郁。除能掌握经常跳的二十多套外,能按"蹉模"(舞谱)跳出所有动作。动物舞蹈部分,模拟逼真,跳得最好的是"马鹿跳"(横依茨拍儿蹉)。他掌握的东巴舞蹈全面、突出,是在世东巴老艺人中手屈一指者。

1983年4月,多亨参加了丽江地区召开的"东巴、达巴文化座谈会",同年12月,被请至"东巴文化研究室"工作。

**和士成** 艺名多玉才,男,纳西族,1909年出生,云南省丽江县大东区乡城重村人。是现尚在世、受尊敬的东巴老艺人之一。

和士成从小失去父母,过着衣不蔽体,食不果腹的悲惨生活,曾独自到大研镇,白天沿街讨饭,夜晚街头露宿,为生存而奔波。

他家附近有一个大东巴,名阿普东扭亨,多玉才从小跟随大东巴家孩子一道学习东巴文。十八岁时拜阿普东扭亨为师,开始系统的学习东巴文化。因家境不好,白天在家干农活,晚上跟随师傅学习。开始,帮助师傅做些杂活,师傅见他天资聪慧,学习专心,便鼓励他尽早参加道场(东巴教的法事仪式),东扭亨整整带了他十年。他十八岁开始学东巴经文(象形文字),背诵经书;二十二岁跟随师傅做道场;二十三岁开始拿法仗(独立掌坛);二十八岁师傅去世,配合其他东巴做道场。后他遵照师傅的遗言,与师傅的孙子多光配合,相互扶持,一直搭档到1950年。

和士成擅长东巴舞蹈,对东巴的诵、吟、念、唱、书、画、工艺、法事等,都能全面掌握。除有系统的向东扭亨师傅学习外,还喜欢参加民间歌舞活动,经常观摩其他东巴艺人跳舞,专程去到甲子乡找大东巴阿普东扭搭,上门学习舞蹈。他跳的东巴舞蹈集众之成,超越了师傅。掌握的东巴舞蹈套路系统,有近二十套,动作规范古朴,动律特点为膝部有节奏地上下颤抖时重拍向上,有弹性;腰、胯动作较多、较稳,上身后仰且左右摇摆。他是大东区东巴舞蹈最有代表性的艺人,尤擅跳"丁巴什罗"及"三将官救什罗"的舞蹈。

1945年,抗日战争取得胜利,举国上下组织欢庆活动。丽江各区也以各种形式组织庆祝,六区在各乡请出东巴二百五十二人,在鸣音区举办了个"东巴圣会",祭吊亡灵,据说安放了二百四十八位抗日将士的灵牌,年轻的多玉才也被邀请参加祭吊仪式。当时他已是较突出的东巴艺人;三十六岁时,已能为大东巴阿普东扭搭之死做道场。

和士成为生活而皈依东巴教,掌握了丰富的东巴文化知识。1950年参加了农会工作, 活跃于农村社会工作。1983年4月参加了丽江地区召开的,有全国知名的舞蹈界、宗教 界、学者出席的"东巴、达巴文化座谈会"。同年12月,和士成被请到丽江地区东巴文化研 究室工作,他毫无保留的将所懂的东巴文化知识贡献出来,起到了对东巴文化的抢救、保 存、发展、传播作用。

> 传 授 和育才、杨学才 和国光、和学文 和开祥、和即贵 (以上均为纳西族)

编 写 秦国华、纳 咪(纳西族)

绘 图 许明康、陈 恒

资料提供 杨国相(纳西族)

执行编辑 和寿春(纳西族)、丁 超、梁力生

# 哦忍仁

### (一) 概 述

"哦忍仁"广泛流传于丽江纳西族自治县。但各地有不同的称谓及不同的活动场合和不同的唱跳形式。不同的称谓如:"哦忍仁"、"仁美踔"、"栽秧仁"、"仁尺踔"、"暮布仁"等。

"哦忍仁"一词也有多种解释,有说"哦忍仁"是个美丽善良的姑娘,因上山为牧主放羊时丢失了一只羊,被牧主打伤后关在柴房。后经其他牧人的帮助,牧主迫于众怒放了姑娘。 众牧人接出姑娘,高兴之极,便呼喊着姑娘的名字"哦忍仁"欢舞起来。也有的将"哦忍仁" 直译为"慢慢来"。

据丽江县大东区和玉才老艺人介绍,民间有一种传说:"哦忍仁"是一种高原的飞禽动物,它的全称是"哦忍兴子瓷",意为吃人肉、吸人血魔。当时纳西先民还处于迁徙游牧狩猎时期,人死后,经常都有这些动物来啄尸吸血,人们为了保存死者的尸体完整,就在死者周围燃起大火,大声地诅咒、呼喊来驱赶这些动物的袭扰。因此,当时的歌舞功能是"驱赶"。也有"取暖"之意,因为当时先民多在寒冷的高原活动,每当到夜间守护死者尸体时,难熬漫长的寒夜,就随着驱赶动物的呼喊声,手舞足蹈,来取得自身的温暖。因此,发展到后来的哦忍仁就多用于祭祀死者,唱的歌词也多吟颂死者的生平,表达对死者的哀思或追忆。

现存的大东哦忍仁以它诗、歌、舞自然结合而浑然一体。江边一带的"栽秧仁"只有唱没有舞,拉市及文海的"暮布仁"主要唱传统的大调伴以简单的舞步。

哦忍仁的舞蹈动作简单稚拙,舞者双手相互牵拉,主要是双腿的跳跃和身躯的前倾后仰。无任何乐器伴奏,靠呼喊来协调节奏。

舞时,舞者在领颂人的高声吟颂声中,挽起手,围成圈,慢慢地往顺时针方向移动。"哀歌"情绪凄凉,吟词悲切,"习俗歌"充满生活情趣,流畅如溪水,引起合唱者的共鸣。"古

歌"则庄严肃穆,好似在追思先民的艰辛创业。

目前,各地流传的哦忍仁有多种功能,如:祭祀死者、自身娱乐、生产劳动等均可唱跳,因地而异。

## (二) 音 乐

哦忍仁

传授 佚 名 记谱 赵兴文(纳西族)、和明达(纳西族) 译配 赵静修(纳西族)、赵兴文(纳西族)

1304

## 仁美踔

仁)

# 仁 尺 踔(之一)

传授 和文华(纳西族) 记谱 陈秋元

$$1 = {}^{b}A$$
 稍慢  
+ 6 6 6 - 2 - - 3 - - +1 1 1 1 0 0 |  
(仁 尺 踔 啊 仁 尺 踔)

仁 尺 踔(之二)

传授 阿热尼(纳西族) 记谱 陈秋元 翻译 和即贵(纳西族)

1 = G 中速

1306

## 拔 秧 调

传授 陈春生(纳西族)、和爱芬(纳西族) 和万清(纳西族) 记谱 陈秋元 译配 和汝钧(纳西族)

2. 有水好撒秧, 水润秧苗壮。 4. 手勤脚步快, 拔秧心欢畅。

3. 五月栽秧忙, 欢笑歌声扬。

## 裁 秧 调

传授 陈春生(纳西族)、和爱芬(纳西族) 记谱 陈秋元 译配 和汝钧(纳西族)

1 = F 慢速

# (三)造型、服饰

#### 造 型



男舞者



女舞者之一(正面)



女舞者之一(背面)



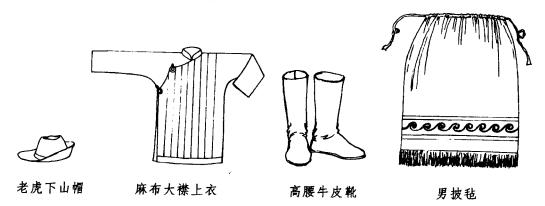
女舞者之二(正面)



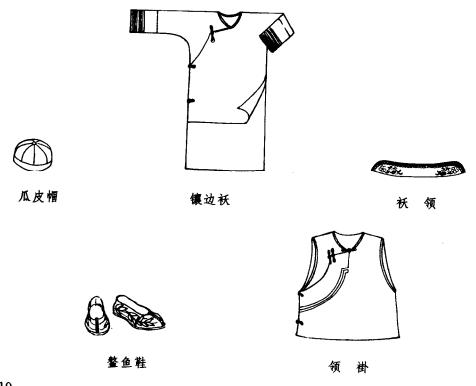
女舞者之二(背面)

#### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

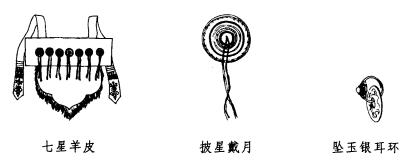
1. 男舞者 头戴用毛毡制作的"老虎下山帽",穿用黑布或青布镶边的白麻布大襟上衣,宽裤脚的扭裆裤,自制黑色高腰牛皮靴,腰系宽 30 厘米、长 200 厘米的白麻布腰带,肩披披毡。



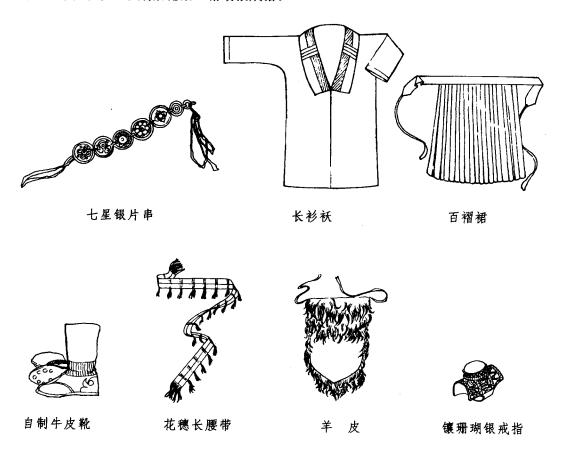
2. 女舞者之一 头戴瓜皮小帽或头帕,内穿对襟上衣,外穿前幅短、后幅长的镶边袄, 另缀一镶有花边的袄领,下穿扭裆裤,裤脚用黑色或五色丝带扎紧,脚穿"鳌鱼鞋",再套一件紫色或藏青色斜襟领褂,腰系白褶长围腰,身披"七星羊皮",耳挂坠玉银耳环。



七星羊皮的制法:在羊皮上并排缀七个布制圆圈(俗称"七星"),圈中缀一扣眼,扣眼内对穿一条牛皮条,布圆圈上用金色五彩丝线绣上图案,俗称"披星戴月"。羊皮上半部为氆氇或贡呢,布制背带从两肩垂至胸前,交叉后系于后腰。背带的带尖呈三角形,并绣有彩色图案。



3. 女舞者之二 头戴七星银片串,穿黑色和尚领长衫袄,下穿用宽条白麻布拼制的百褶长裙,脚穿自制牛皮靴,腰系红、白花穗长腰带,再披一张羊皮(羊皮的上半部羊毛翻在外,两侧缀布带),手戴银花镶红珊瑚银戒指。



## (四)动作说明

#### 1. 吟诵步

准备 舞者相互"扣手",面对圆心。

做法 左脚起一拍一步向左走,双膝每拍顺势屈伸一次,同时,双手每拍向后甩一次, 上身随之前后摆动。

2. 众吼势

做法 站"正步",双膝并拢,上身前俯90度,双臂向后甩起45度。

3. 哦忍仁

第一拍 左脚向左前迈一步的同时,身体转向左前,双手向前上方抬起,上身由稍前俯至稍后仰。

第二拍 右脚跟至左脚旁,双膝并拢半蹲,双手握拳由屈肘落至肩上方,上身稍右拧,眼看右上方(见图一)。

第三拍 右脚后撤一步的同时,上身稍前俯,双臂向后甩,左腿屈膝稍提起,随即双手前甩,上身立起(见图二)。



图一



图二

第四拍 左脚向前落地,双手后甩,上身前俯,后半拍右脚跟至左脚旁,双手前甩,上身立起。

### 4. 原地跳

第一~二拍 左脚原地小跳两次的同时,右脚原地轻跺两下,双臂屈肘于两侧,随身体自然闪动。

第三拍 右脚内侧向左前自然踢起的同时,左脚原地小跳一下,上身稍左拧。

5. 仁尺踔

第一拍 左脚向前上一大步,右脚随之拖地向左脚靠,同时双腿全**蹲**,大幅度俯身含 1312

胸,两臂自然前悠。

第二~四拍 右脚至左脚旁带韧劲踩地三下,同时身体慢慢立起,双臂一拍一次向后轻甩。

第五拍 右脚向后撤一大步腿屈膝,左腿绷脚贴地往后拖,上身稍前俯含胸,两臂自然后悠。后半拍右脚跟踮起。

第六~八拍 保持双腿屈膝,双脚跟一拍一次"顿"地三下(前半拍"顿"地),两臂随之向后轻甩三次,上身渐渐立起。

#### 6. 仁美踔

第一拍 左脚向左前迈一步,右膝伸屈一次,双手向后甩一次。

第二拍 右脚跟上靠于左脚旁踏一下,双膝屈伸一次,双手后甩一次,上身随之前后摆动。

第三拍 右脚后退一步的同时,左膝屈伸一次,双手向后甩一次,上身 随之前后摆动。

第四拍 左脚后撤于右脚旁,双手后甩一次,上身随之前后摆动。

7. 拔秧调

第一拍 右脚向左前迈一步的同时,左膝屈伸一次,双手后甩,上身稍 前俯。

第二拍 双腿屈膝半蹲的同时,臀部顺势由下向前送出,上身由稍前俯立起稍后仰,双上臂稍夹,下臂向上甩(见图三)。

第三~四拍 同"吟诵步"动作(走两步)。

8. 栽秧调

第一~二拍 同"拔秧调"的第一至二拍动作。

第三~四拍 双膝伸直的同时,臀部由下向后收回,上身随之稍前俯。

第五~六拍 右脚收回成"正步",双膝屈伸两次,双手向后甩两次。

9. 右甩步

做法 左脚起向右走两步,同时双膝屈伸两次,双手向后甩两次,上身随之前后摆动两次。

# (五)跳 法 说 明

"哦忍仁"无论在任何地点,广场、空地、山坡等均围篝火而跳。众舞者手拉手围成圆圈。开始,由一老者领舞吟诵,吟诵可根据不同场合即兴编词,众舞者边合唱边做"吟诵



图三

步",向顺时针方向行进。当吟诵完毕,众齐喊势时,众同时做"众吼势","哦忍仁"六次、"众 吼势"两次接"原地跳"两次。然后再从头开始,直到尽兴而散。

"仁美踔"多在灵位前跳。众舞者手拉手,围成圆圈,顺时针方向行进,一人领唱众人合,专曲专用,可无限反复,通宵达旦进行。

"仁尺踔"是正月十五去山上祭天回来的路上,找一块平坡地跳的舞蹈。参加跳舞的主要是老人和中年人,动作较缓慢,也有幅度较大的下蹲动作。众舞者手拉手围圈,第一遍面向圆心跳,第二遍时做对称动作,往逆时针方向舞动。如此反复进行,直至天黑。

"拔秧调"、"栽秧调",一般在栽秧季节田野空地上跳,劳动之余或休息片刻时,众舞者 手拉手围成圆圈,边唱边往顺时针方向反复跳。参加者多是男女青年,动作欢乐、风趣。

## (六)艺人简介

和玉贵 男,纳西族,1926 年生,是祖辈居住在塔城乡的农民。他从小参加过许多丧事,耳濡目染了东巴跳鬼送神的丧事活动,十七岁就学会了唱"送丧歌",跳"哦忍仁",他跳的"哦忍仁"别具一格,很有韵味。是塔城乡群众公认的纳西族歌手。他能吟唱长达六七百行的"送丧歌",是受尊敬的民间艺人。

传 授 和绍武、和国柱、和爱香、和振强 和诚顺、和邑章、陈春生、阿热尼 和文华(以上均为纳西族)

编 写 纳 咪(纳西族)、杨跃文(纳西族) 秦国华

资料提供 杨国相(纳西族)

绘 图 刘永根

执行编辑 和寿春(纳西族)、丁 超、陈菊珍

# 窝 默 达

### (一) 概 述

"窝默达"意为"可怜的鹰",直译也有"鹰飞不起来""实在不如意"等内容。流传于丽江县、维西县、中甸县等纳西族聚居地。原来称谓叫"括摘",是在办丧事时跳的歌舞。

相传该舞产生于民族社会矛盾激化的年代。唱词中除回忆死者一生的功德及苦难,愿死者能沿着祖先的神路平安升天,保佑子孙后代;还以各种方式倾诉人间的不平。如有首舞歌唱道:"可怜喂可怜,可怜的鹰!丝线缝住了它的眼,让它在黑暗的世界;麝皮缠住了它的尾,使它不能展翅飞翔……"用可怜的鹰比喻苦难中的民族。又有的歌词唱道:"黄鹰喂肉食,还说鹰不幸,牛只吃干草,却无人怜牛。"以鹰牛比较,更强调民族的苦难。是受压迫的民族、劳苦的人民不堪忍受而迸发出来的心声。窝默达中多是悲歌、苦歌,曲调缓慢、悲沉,每句唱词中间都加"窝默达"这个衬词,使情绪更为深沉有力。以后内容逐渐广泛,"窝默达"三字也渐失原意,无论唱何种内容的歌词都必定用这个衬词作引子。现在喜庆、婚丧娶嫁、节日欢娱、栽秧季节都可以跳这种歌舞。

舞蹈时,众人围成半个圆圈,男女舞伴右手搭在前者的右肩或左肩。领舞者叉腰,左臂自然下垂,右侧身或左侧面向圈内,双腿每拍一步向逆时针方向行进。每唱到一句曲子的末尾,都要左转身对圈内,左脚后撤与右脚呈"丁字步"状,上身前俯,也有的男女分开各半圈,女舞伴手牵手,领舞者还可引出"龙吐水"、"扭螺丝"等队形。舞歌由一人领唱,众人和,或男女对歌,直跳到胜负分晓,通宵达旦。歌词有口头流传的长古歌,也有即兴创作,见物吟物,见人诵人,灵活多变,极富趣味。动作简明、踢步稳健,韵味古朴,情绪深沉。音乐为2人,3个节拍,节奏徐缓如轻声吟诉,歌舞者中更多见中老年人。

# (二) 音 乐

## 窝 默 达(之一)

传授 阿热尼(纳西族) 记谱 陈秋元 译配 和即贵(纳西族)

1=F 中速

## 窝 默 达(之二)

传授 阿热尼(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = G 中速稍慢

## 窝 默 达(之三)

传授 和锡典(纳西族) 记谱 陈秋元 译配 和即贵(纳西族)

2. 耕牛喂干草, 不说牛可怜。

4. 庄稼地里长, 全靠牛苦来。

3. 犁田最辛苦, 翻起九层土。

## (三)动作说明

#### 1. 走步

准备 舞者右手搭于前者左肩上,左臂自然下垂或叉腰。(歌舞时因吟唱时值长短不一,以下按八拍一次记录)。

第一~六拍 右脚起向右走六步,上身和头随之向右、左摇摆,双膝随步伐稍颤动。

第七拍 右脚向右后踏一步的同时,身体左转四分之一圈。 第八拍 左脚往前微擦地落至右脚前成左"丁字步"状,上 身前俯,收腹臀后顶(见图一)。

#### 2. 牵手跳

准备 舞者相互"扣手",两臂紧靠,面对圆心。

图一

第一~二拍 右脚向左前上一步,左脚跟上于右脚旁。双膝稍屈,脚跟抬起磕地一下,身体随之稍上下颤一下。

第三~四拍 左脚后撤一步,右脚随之撤于左脚旁。双脚后跟抬起磕地一下,双膝稍屈,身体随之上下颤一下。

## (四)跳 法 说 明

"窝默达"是边舞边歌的舞蹈,男女老幼(见"《哦忍仁》造型图")均可参加。舞时,男女相间站成一排或围成半圆,在领舞者的带领下变化动作及队形,一人领众人合,按逆时针方向舞动,也可站成两排围成半圆或内、外圈,或做"龙吐水"、"绕麻花"队形,儿童一般尾随跳动。可无限反复,直至尽兴。

传 授 和锡典(纳西族)

编 写 杨跃文(纳西族)、纳 咪(纳西族)

秦国华

绘 图 刘永根

资料提供 杨国相(纳西族)

执行编辑 和寿春(纳西族)、丁 超、陈菊珍

# 白 沙 细 乐

## (一) 概 述

"白沙细乐",纳西语称"崩石细丽",又名"勘崩石"、"崩史"等。也有的译为"别时谢礼",还有"奏白沙"、"白沙"等称。是纳西族的一部大型民间古典乐曲,其中有三曲为舞乐。

相传的曲目有"笃"(汉意为定音调,音乐的开头、序曲等)。"一封书"又名"纵拾","三思河"(三思吉)、"天女哭"(美命唔)、"跺脚跳"(跺踔)、"哀伤的白云"(阿丽利吉排)、"挽歌"(暮布)等七曲。

其中舞蹈有"拉弹跳"(勘踔)、"跺脚跳"(跺踔)、"云雀跳"(洛芒踔)。舞前曲为"挽歌" (暮布)。

使用的乐器有横笛(主乐)、直笛、芦管(波拨)、胡琴、胡拨(速古笃)、琵琶、二簧······ 等等。

1949年以前,演奏此曲多在办丧事,祭祖场合,也有的家族在祭天的日子也请乐队去演奏,还有的固定每年请两次,连续请了二三十年。

关于"白沙细乐"的源流沿革,文史资料有两种记载,也有两种传说及见解。一种认为是"元人遗音""元人离别所赠"。《光绪丽江府志稿》记载:"先是元太弟革囊渡江,其音乐相传有胡琴筝笛诸器具。其调有南北曲,叨叨吟,一封书,寄生草等。各及奠期,主人请乐工奏曲灵侧,名曰细乐,缠绵悱恻,哀伤动人……"。1943年修的《丽江府志略》载:"……乐工称'细乐'。……相传为元人遗音。"《丽江县志》也有相似记载。

民间相传元世祖忽必烈南征大理,路经丽江,于喇叭渡口革囊渡江,受到纳西族首领阿琮阿良的欢迎,以上宾招待。忽必烈为表达谢意,离别时,将随行乐班的一半及乐曲赠与

阿良,故汉名为"别时谢礼",流传至今。以后木氏逐渐衰败,乐工流落民间,到了丽江白沙、七河、文华、祥云一带谋生。

据目前掌握乐曲的权威艺人和锡典介绍,他是第七代祖传艺人,由大伯父阿普六所传授。和锡典上六代的祖上阿普道到祥云乡做木活,遇上乐班弟兄,送给了阿普道一把古筝(占),一把胡拨(速古笃),并教会了乐曲,以后由阿普道在附近村中组织乐班传授,祖辈相传了下来。

以上说法有几个问题:

- 1.《元一统志》,《元史》、《木氏宦谱》中对忽必烈所赠礼物都有记载,连一根带子均有,然而对乐工及珍贵的乐曲却只字未提及,如此大礼又怎能不予记载?
- 2. 对"元人遗音"的"元"有不同看法,认为"元"并不一定是元世祖的"元",古时汉语"元"与"原"通用,可以理解为"原"来的人,就一个朝代而言,也可理解为"元朝"时代的人遗留下来的音乐。
- 3. 从和锡典艺人的家传看,所讲的也只是七代历史,最多二三百年,而忽必烈经丽江距今已有七百多年。
- 4. 从曲调的情绪及曲名的意思分析,仅忽必烈的分别,却如生离死别,悲悲切切,"缠绵悱恻,哀伤动人",显得过分伤感。若真是忽必烈所赠,事后,木氏不会将皇帝所赠之曲随便拿去作为丧乐。七百年前,木氏正兴盛而未衰败,故更不会解散乐班,乐工也不可能流落民间。

ŀ

故有另一种说法,认为"创自民间"。

纳西族举人李玉湛《一笑先生诗文集》中有《巨甸居人》一诗注释载"……,'别时谢礼'中的'一封书'……究竟此曲创自民间。木氏盛时,永宁夷率众来袭,木氏设伏北沙以待之, 歼夷殆尽,民间造曲以吊之,……北沙者,白尸之转音,白番夷也,……今土人犹名此曲为白尸也。"

- 1. "白沙"乃地名,是纳西语"崩史"的转音,"崩"即"普米","崩史"即"普米之死","细丽"即"细乐"或"音乐",也是仿乐音而得之。乐曲称谓除"崩石细丽"外,民间俗称"崩史"、"勘崩史"等均有"演奏普米之死"的含意。
- 2. 纳西族民间故事《龙女树》反映了那次白番夷与木天王的"白沙之战"。"崩石细丽" 乐曲就是为吊唁那次"白沙之战"中阵亡的双方将士而产生的。并从"天女哭"、"挽歌"、"哀 伤的白云"、"一封书"、"跺踔"的曲名、内容、情绪分析,亦与此记载及传说相一致。
- 3. 据蒙古族语言学教授了解,有些曲名纳西族及蒙古语意接近。如"笃",蒙古语意为 "序曲","阿丽利吉排"蒙古语意为"惜别"。是巧合呢?还是有内在的联系?是不是民族文 化相互交流,相互影响的结果?

综上所述,两种说法都各有所据。"白沙细乐"的产生、发展和日渐成熟,应该是一个复 1320 杂、完整的历史演变过程。

舞蹈部分据目前和锡典老艺人的介绍,仅有残存下来的一星半点,加以还原,与纳西族的"乐舞"打跳同类。通过以下唱词,可以体会到风格特点。

"岩纳聂肯仔"意为"黑鸡两只脚","的菊聂跺踔"——一边跺两跺;"聂跺踔伯字"——要跺上两脚。"许陆四肯仔"意为"香炉三只脚","的陆四跺踔"——一炉跺三跺;"四跺踔伯字"——该跺上三脚。"司卡鼓爸拔"意为"腊梅开九朵","的爸鼓跺踔"——一朵跺九跺;"鼓跺踔伯字"——要跺上九跺。

以上这段唱词也可以说是艺诀。

"跺踔"的"跺"纳西语中可作"赤脚"理解,也可作"跺脚"解释,我们认为这里解为跺脚较确切。

"白沙细乐"在明末清初之普遍称"哀乐"原来无乐谱记载,无专门训练,主要靠早晚口传心授,耳濡目染。

此曲能跳者极少,故传至今日,动作已不多了,和锡典先生本人对"洛芒踔"(云雀舞) 也只见过一次,只能说出些印象。

尽管如此,"白沙细乐"乐曲及舞蹈部分仍是一部纳西族人民经历多少年代,用心血培育并流传保存下来的艺术珍品。

# 天 女 哭

(笛子曲)

传授 和锡典(纳西族) 记谱 寇邦平

1 = E 稍慢

$$\frac{4}{4} \stackrel{6}{6} - - \frac{6}{1} \begin{vmatrix} \frac{3}{4} & \frac{6}{5} & \frac{3^{1}}{4} & \frac{3}{3} & \frac{5}{5} \end{vmatrix} \begin{vmatrix} \frac{4}{4} & \frac{6}{6} & \frac{6}{6} & \frac{3}{12} & \frac{1}{12} \end{vmatrix}$$

$$\frac{3}{4} \stackrel{tr}{3} - - - \begin{vmatrix} \frac{2^{1}}{4} & \frac{2}{2} & \frac{1}{4} & \frac{1}{2} & \frac{1}{$$

#### 一封书

传授 和锡典(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = B 中速 悲伤地

横笛 
$$\begin{bmatrix} \frac{4}{4} & 6 & \frac{7}{4} & 6 & 6 & \frac{3565}{6565} & \frac{6565}{6565} & \frac{1}{2} & \frac{1}{7} & - & \frac{3}{3} & 0 \end{bmatrix}$$
 整数  $\begin{bmatrix} \frac{4}{4} & 6 & \frac{7}{4} & 6 & 6 & 1 \end{bmatrix}$   $\begin{bmatrix} \frac{4}{4} & 6 & \frac{7}{4} & 6 & 6 & 1 \end{bmatrix}$   $\begin{bmatrix} \frac{4}{4} & 6 & \frac{7}{4} & 6 & 6 & 1 \end{bmatrix}$   $\begin{bmatrix} \frac{4}{4} & 6 & \frac{7}{4} & 6 & 6 & 1 \end{bmatrix}$   $\begin{bmatrix} \frac{4}{4} & 6 & \frac{7}{4} & 6 & 6 & 1 \end{bmatrix}$   $\begin{bmatrix} \frac{4}{4} & 6 & \frac{7}{4} & 6 & 6 & 1 \end{bmatrix}$   $\begin{bmatrix} \frac{1}{4} & 6 & \frac{7}{4} & 6 & 6 & 1 \end{bmatrix}$   $\begin{bmatrix} \frac{1}{4} & 6 & \frac{7}{4} & 6 & 6 & 1 \end{bmatrix}$   $\begin{bmatrix} \frac{1}{4} & 6 & \frac{7}{4} & \frac{7}{$ 

横笛 
$$\begin{bmatrix} \frac{tr}{6} & \frac{tr}{5} & \frac{tr}{1} & -\frac{tr}{6} & -\frac{tr}{5} & -\frac{tr}{3} & -\frac{tr}{5} \\ \frac{tr}{6} & -\frac{tr}{1} & -\frac{tr}{6} & -\frac{tr}{5} & -\frac{tr}{3} & -\frac{tr}{5} \\ \frac{tr}{5} & -\frac{tr}{3} \\ \frac{tr}{5} & -\frac{tr}{3} & -\frac{tr}{5} \\ \frac{tr}{5}$$

横笛 
$$\begin{bmatrix} \dot{t} & \dot$$

横笛 
$$\stackrel{\stackrel{\longleftarrow}{6}}{\cdot}$$
  $\stackrel{\stackrel{\longleftarrow}{5}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longleftarrow}{7}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longrightarrow}{3535}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longleftarrow}{6565}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longleftarrow}{5}6}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longleftarrow}{6}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longleftarrow}{3}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longrightarrow}{3}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longleftarrow}{3}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longleftarrow}{3}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longrightarrow}{3}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longrightarrow}{3}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longrightarrow}{3}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longrightarrow}{3}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longrightarrow}{3}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longrightarrow}{3}}{\cdot}$   $\stackrel{\stackrel{\longrightarrow}{3}}{\cdot}$   $\stackrel{\longrightarrow}{3}$   $\stackrel{\longrightarrow}{3}$ 

横笛 
$$\begin{bmatrix} \frac{1}{2} & \frac{1}{3} & \frac{1}{3} & -\frac{1}{7} & -\frac{1}{6} & -\frac{1}{5} & \frac{1}{3} & -0 \\ \frac{1}{2} & \frac{1}{3} & -\frac{1}{3} & -\frac{1}{3} & -\frac{1}{3} & \frac{1}{3} & \frac{1}{3} & \frac{1}{3} \\ \frac{1}{2} & 0 & \frac{333}{3} & 0 & \frac{333}{3} & 0 & \frac{6}{5} & \frac{5}{1} & \frac{1}{3} & \frac{333}{3} & 0 \\ \frac{1}{2} & \frac{21}{3} & -\frac{1}{3} & -\frac{6}{5} & \frac{5}{3} & \frac{1}{3} & \frac{333}{3} & 0 \\ \frac{1}{2} & \frac{21}{3} & -\frac{1}{3} & -\frac{6}{5} & \frac{5}{5} & 0 & \frac{1}{6} & -\frac{1}{1} & -\frac{1}{6} \\ 0 & 0 & \frac{5}{5} & \frac{6}{6} & \frac{6}{6} & \frac{5}{5} & \frac{5}{3} & \frac{1}{6} & \frac{5}{5} & 1 & -\frac{6}{5} \\ \frac{3}{3} & \frac{3}{3} & 0 & \frac{5}{5} & \frac{6}{6} & \frac{6}{6} & \frac{5}{3} & \frac{3}{5} & \frac{6}{5} & \frac{5}{1} & \frac{6}{6} \\ \frac{3}{3} & -\frac{1}{5} & -\frac{1}{3} & -\frac{1}{3} & 0 & 0 & \frac{17}{7} \\ \frac{1}{3} & -\frac{1}{5} & -\frac{1}{3} & -\frac{1}{3} & 0 & 0 & \frac{17}{7} \\ \frac{1}{6} & -\frac{1}{6} & -\frac{1}{2} & \frac{1}{2} & \frac{1}{3} & -\frac{1}{3} & -\frac{1}{3} & -\frac{1}{3} \\ \frac{1}{6} & \frac{6}{6} & \frac{1}{6} & \frac{1}{6} & \frac{1}{2} & \frac{1}{2} & \frac{1}{6} & -\frac{1}{6} & \frac{1}{6} & \frac{1}{6} & \frac{1}{2} & \frac{1}{2} & \frac{1}{6} \\ \frac{1}{6} & \frac{6}{6} & \frac{1}{6} & \frac{1}{6} & \frac{1}{2} & \frac{1}{2} & \frac{1}{6} & -\frac{1}{6} & \frac{6}{6} & \frac{1}{6} &$$

<u>21</u>

挽歌

传授 和锡典(纳西族) 记谱 陈秋元 译配 周克坚

$$\frac{1}{1}\frac{6}{6}\frac{8}{3}$$
  $\frac{5}{5}\frac{53}{3}$   $\frac{0}{3}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}\frac{6}{1}\frac{6}{1}\frac{5}{1}$ 

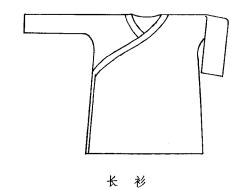
## (三) 造型、服饰、道具

#### 造 型



#### 服 饰(除附图外,均参见《哦忍仁》舞者服饰图)

舞者头戴包头(黑、白、红色均可),身穿蓝、白、黑色和尚领长衫,扎红腰带,脚穿牛皮靴。



#### 道具

- 1. 羽毛扇 用飞禽翅毛制成,扇柄为骨制。
- 2. 松柏枝 从树上截取。
- 3. 笛子(见"统一图")



羽毛扇

### (四)动作说明

#### 1. 扇翅

准备 左手握扇,右手握松柏枝,"正步"站立。

第一~二拍 脚走"碎步",双臂打开手"双山膀"位。

第三~四拍 脚动作同上,左臂抬至左上方抖扇,右臂从上经胸前划至右下方抖树枝,上身稍左拧(见"造型图")。

第五~六拍 脚动作同上,其它做第三至四拍的对称动作。

2. 执乐跳

准备 舞者双手执乐器。

第一~三拍 左脚起往前走三步,上身稍前俯,第三拍的后半拍右腿稍前抬,左膝稍屈,上身立起。

第四拍 右脚收回至左小腿前、略开膀,同时左膝快速伸直再微屈,上身稍前倾(见图一)。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。



图 一

#### 3. 跺脚跳

准备 舞者双手执乐器。

第一~二拍 左脚上一步,右脚向后稍抬起,上身稍前俯右拧。

第三~四拍 右脚靠于左脚旁跺地一下,上身随之向左、右各拧一次。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

提示:以上动作双膝均有屈伸感。

#### (五) 跳 法 说 明

白沙细乐在堂屋内进行,堂屋内设灵位,灵位前放一张供桌。一男舞者身着白色服装,左手执白色羽毛扇,右手执松柏树枝,另一男舞者身着黑色服装,左手执黑色羽毛扇,右手执松柏树枝。八位男舞者手持横笛、直笛、芦管(波拨)、胡琴、速古笃、二簧等乐器吹奏[天女哭],两舞者在灵位两侧做"扇翅"动作,边做边向逆时针方向绕一圈,再顺时针方向绕一圈回原位。接着,八位男舞者成半圆位于灵位前吹奏[挽歌],众男女于旁合唱,然后吹奏着[一封书],向顺时针方向做"执乐跳"一圈,再向逆时针方向做"执乐跳"一圈,回到灵位前。众再唱[挽歌]一遍,接着边奏[跺脚跳]边做"跺脚跳"动作,按顺时针方向行进,此时众伴唱者也可加入到舞队中跳,直至结束。

### (六) 艺人简介

和锡典 男,纳西族,1906年出生于丽江县城西长水村。

和锡典幼时家境贫困,全靠租种文峰寺喇嘛的田地过日子。五亩佃田,除去租谷,所剩无几,父亲只得长年累月地外出帮工,以解家中之困。母亲来自民族杂居的维西县,通晓几种民族语言,并会讲故事、唱调子。她常将许多民族故事和曲调,传唱给自己的儿子。因家境贫苦,无力上学,和锡典只在农村私塾里半耕半读读了几年书。

十三岁时,跟大伯父和六祥学习纳西族传统乐曲《白沙细乐》。伯父稔熟纳西族传统民间音乐和歌谣,能弹奏民间乐器"波拨"和"速古篇"。每有闲暇,他就给侄儿传授这方面的知识,逢年过节,婚丧嫁娶,起房盖屋,伯父被请去演唱,他也跟着去听,有时也试着一起弹唱。和锡典从小就是在生活的苦海和民间艺术的摇篮中泡大的。从十五岁至四十五岁,他云游四方,在帮工度日的同时学习纳西族民间乐舞艺术,并常为群众演唱,被群众誉为"我们纳西的乐师。"

和锡典老人多才多艺,既能吹、拉、弹、唱,又能跳舞作诗。他在二十岁时,就在古老的纳西族民间歌舞"窝默达"中担任领唱(领舞)角色,除演唱传统的古歌外,还能以丰厚的生活为基础,即兴创作,吟唱出一句句借喻得当,意境深远的歌词,配上婉转悲凄、如泣如诉的曲调和沉稳的舞步,把舞场上歌舞者喜怒哀乐情绪都调动起来。在对歌场上,他对答如流,可唱上几天几夜。他的歌舞美誉传遍丽江纳西族村村寨寨。

解放以后,和锡典怀着翻身的喜悦,奔走于城乡之间,以民间文艺形式,宣传党的政策,把面临绝迹的白沙细乐传授给专业团队及城乡乐班。已经失传了的白沙细乐乐章中的舞蹈,是经他的回忆整理出来的。遗憾的是,因他年事已高,记忆残零,已不能恢复白沙细乐舞蹈的全貌。

传 授 和锡典(纳西族)

编 写 和寿春(纳西族)、秦国华

杨跃文(纳西族)

绘 图陈恒

资料提供 杨国相(纳西族)

执行编辑 和寿春(纳西族)、丁 超

陈菊珍

## 阿卡巴拉

### (一) 概 述

"阿卡巴拉"流传在中旬三坝白地、东坝一带的纳西族居地。白地乡吾树湾村一带,每年农历二月八是祭龙王的日子。届时,这一带的纳西族群众都身着盛装,扶老携幼,背着美酒佳肴早早来到水的源头"白水台"欢度佳节。吾树湾村的男女老少,按年纪大小到白水台出水处排成两条长龙(男女各一排),女方一排要由一男老者领头,等候日出。当太阳刚冒出东山尖,他们就围圈跳起阿卡巴拉,边歌边舞,一直到正午。此时其它各村的群众,即便是早来的远方贵客也只能在旁观看,不能参加,一直要等到下午,才能加入到歌舞行列中去。

传说白水台是吾树湾村的祖先发现的,白水台是吉祥的象征。所以,每逢农历二月八这一天,要由吾树湾村的群众首先烧香求神,祈祷天下太平,新年吉祥,来年风调雨顺,五谷丰登、水草肥美、六畜兴旺、万事如意,恭喜发财。而到下午,所有到白水台的男女老少、远路宾客就都能排在吾树湾村群众后边,敞怀纵乐,边唱边舞,越跳越欢,越唱越美,直到第二天太阳出。

二月八这一天,虽然是纳西族人民的盛大节日,白水台人山人海,热闹非常,但不得放鞭炮、鸣火枪,严禁胡闹嬉笑。意思是说,今天是吉祥的日子,如果鸣枪、放鞭炮,大喊大叫,龙王就会发怒,今年就会百业俱废,百事不吉,遭受灭顶之灾。所以阿卡巴拉虽欢而不狂,有乐而不闹,独具特色。

纳西族民间传有"二月八,龙抬头"的传说。认为,冬天,龙王及众神均入海冬眠,直到农历二月八这天,龙王及众神都苏醒了,都要跟随龙王升天了。人们的安居乐业,风调雨顺,人畜兴旺,全靠龙王的保佑。在农历二月八这天,中甸白地、东坝等地,都要上风景区、

树林里、水源头组织传统活动。事前得做好准备,要有充足的食品,一支大红公鸡,饵块粑粑,五谷杂粮,香纸烟火等。各家各户到那选择一处地盘,先平整、搭棚,参加赛马的也要配备好一匹上好的马。到二月八这天,穿上民族盛装,带上各种杂物,全村男女老幼或附近村寨的群众都聚集到活动地点来了。白地定在白水台,正式活动在二月八号,先得吾树湾村的来。东坝定点在格茨茨补高坡,二月八号摆到上边做准备,还得请东巴念经需几天几夜,晚上打野睡在山上。正式活动在二月九日那天,早上太阳刚升起来就得祭龙王及众神,在水塘边杀鸡,让鸡血滴到水源边的大树上,拔三根鸡毛插在树枝上,水塘里撒上五谷杂粮,敬供各类食品,烧上香火和柏、栗树枝条。一时间、整个活动地点烟火缭绕,诵经声、祝祷声十分热闹。意为唤醒龙王及众神,请众神随烟火升天。请神、祭神、送神各项结束,各家各户在山上野餐,饭后组织娱乐活动。赛马、射箭、对歌、跳舞。年轻人喜欢跳热烈奔放的阿卡巴拉、搬拍得儿。中老年人多喜欢跳重于对歌的呀哈哩。此项活动还能起到保护森林、水源的作用。

### (二)音 乐

#### 搬拍得儿

传授 阿热尼(纳西族) 记谱 陈秋元 译配 和即贵(纳西族)

#### 阿卡巴拉

传授 和文华(纳西族) 记谱 陈秋元

## 呀 哈 哩(之一)

传授 杨天保 (纳西族) 记谱 陈秋元 译配 和即贵 (纳西族)

| 
$$\frac{3}{4}$$
  $\frac{6}{6}$   $\frac{6}{2}$   $\frac{2}{35}$   $\frac{3221}{3221}$  |  $\frac{2}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{1 \cdot 235}{4}$   $\frac{3221}{3221}$   $\frac{3221}{6}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$ 

 村寨连一起, 姑娘们来团聚, 今天来团聚, 团聚很高兴。

4. 九地紧相连, 男儿们来团聚; 今天来团聚, 团聚很高兴。

#### 呀 哈 哩(之二)

传授 和玉才(纳西族) 记谱 陈秋元 译配 和即贵(纳西族)

1_	6 5	$\frac{\overbrace{3\cdot 5}}{\cdot \cdot	įė	-   <u>n</u> 2	3	3 5	$\frac{\overbrace{3\cdot 5}}{\cdot \cdot	<b>e</b>   <b>e</b>	0	1
实	在	(啦)	话	(呀)	实	在	(啦)	话,		
告	诉	(啦)	你	(呀)	告	诉	(啦)	你;		
来	相	(啦)	聚	(呀)	来	相	(啦)	聚,		
呀	哈	(啦)	哩	(呀)	呀	哈	(啦)	哩。		

## (三)动作说明

#### 1. 搬拍得儿

准备 男女相间"拉手"成圈,均面对圆心。

第一拍 左脚向左跳一步的同时,右脚迅速跟至左脚旁,双腿稍屈膝,双手向前甩,上 身稍俯。

第二拍 双脚原地跳一下,双手后甩。

第三拍 右腿稍前抬的同时,左脚原地小跳一下,双手向前甩,上身仰起。

第四拍 右脚落地的同时,左脚原地跳一下,双手后甩。

第五~八拍 同第一至四拍。

第九~十拍 做第三至四拍的对称动作。

2. 阿卡巴拉(以女为例)

准备 男舞者站成半圆,均左手搭于左男舞伴右肩,右手自然下垂;女舞者手"拉手" 成半圆,与男舞者合成一圈,面对圆心。

第一~三拍 右脚起向左走三步,身体转向左前方,上身稍前俯,目视左前下方。

第四~十四拍 右脚原地跳一步,同时稍向右转面对圆心。第五拍起,右腿前吸,一拍 一次踩地十下。踩地时,前半拍双膝伸直,双手后甩,上身前俯(见图一),后半拍,双腿屈 膝,扣胸收腹,右腿吸起,尽量与胸相碰,双手前甩(见图二)。



图

第十五拍 左脚原位踏一步,双手稍后甩。

第十六拍 右腿屈膝向左前抬起,双手往前甩,上身稍左拧。

第十七~十八拍 做第十五至十六拍的对称动作。

第十九~二十一拍 左脚起往左走三步,走时,上身随步伐左右摆动。

第二十二拍 同第十六拍。

第二十三~二十六拍 做第十九至二十二拍的对称动作。

第二十七~三十拍 同第十九至二十二拍。

第三十一~三十二拍 做第十五至十六拍的对称动作。

第三十三~三十四拍 左、右脚轻踩地两下,双手前后甩一次。

3. 呀哈哩

准备 同"搬拍得儿"或"阿卡巴拉"。

第一~三拍 左脚起朝左走三步,走时,上身随步伐左右稍摆动。

第四拍 右脚靠于左脚旁,前脚掌点地,同时左脚踮一下。

第五拍 右脚往右后退一步,上身稍前俯。

第六拍 左脚收在右脚旁轻踩地一下,同时右脚踮一下。

#### (四)跳 法 说 明

男女舞者(参见《哦忍仁》中的"造型图")各站半圈,合成一大圈围圈起舞,女舞队由一名男老者领头。"搬拍得儿"、"呀哈哩"可男女相间,手拉手围圈起舞。舞时,均有一名男女老者领唱对歌,众舞者合唱,边唱边跳,顺时针方向行进,无限反复。三天活动中,兴致来了便可起舞,有时通宵达旦,直跳到第二天太阳出。该舞在婚事喜庆的日子也可以跳。

传 授 和文华(纳西族)、阿热尼(纳西族)

编 写 纳 咪(纳西族)、秦国华

资料提供 杨国相(纳西族)

绘 图 刘永根

执行编辑 和寿春(纳西族)、丁 超、陈菊珍

## 打 跳

## (一) 概 述

"打跳"流传于丽江县、宁蒗县、中甸三坝等纳西族及一些普米族村寨。纳西语称"咚罗丽"或"纽踔"。

"咚罗丽"有"欢乐的跳舞"或"大家来跳舞"等含意。有些地区因其舞时用笛子和葫芦笙伴奏,也称之为"芦笙舞"或"笛子跳"。

打跳不受时间、场地限制,在婚嫁、丧事、起房盖屋或欢庆丰收节日,不管是在狭小的院子还是在宽广的场坝,只要悠扬的笛声一响,刹时就可围拢一群群、一圈圈参舞者,舞场上顿时一片欢歌笑语。从舞蹈里可以感受到这个民族无比强大的内聚力。

丽江纳西族大都与各民族杂居,与邻近民族有频繁的交往,因此,从打跳的风格细微处也可看出它的变异。

"咚罗丽"因受手挽手、手拉手的限制,主要动律在胯部、腰部及膝下的腿部。舞蹈时顺时针方向行进,最后一位是吹笛者,他也可在舞圈的中心,没有限制。因此,吹笛者的舞蹈动作幅度较大,韵味极浓。

当地传说:远古的时候,在崇山峻岭中,居住着许多勤劳勇敢的少数民族。纳西族的部落里,有一户勤劳的农家,母亲早逝,留下五个儿子与父亲相依为命,父亲既当爹又当妈,对儿子们百般疼爱,尽心操劳把五个儿子拉扯成人,五个儿子长成了五条精壮的汉子,老人得到了无比的欣慰。

有一回,民族山寨与山寨之间发生了械斗,五个儿子均被首领召去,上了械斗的战场。 牛角号吹响了,呐喊声震荡着山谷,械斗整整持续了三天三夜。年迈的父亲在家焦急地等 待着。三天三夜过去了,牛角号哀鸣着,呐喊声减弱了,寨子口出现了一队疲惫不堪,拖着竹矛拿着弩弓的汉子回来了,老人急急忙忙上前寻找自己的儿子,汉子们一个个从门口走过,一个、两个……,怎么也没有见老人那活蹦乱跳,精精壮壮的五个儿子回来。他们再也回不来了,老人的五个儿子年纪轻轻就死在了那罪恶的刀箭下、仇杀的械斗中了。

父亲悲痛欲绝,一下子老了好多,脸上的皱纹加深了,鬓发变白了,背更弓了,干瘦的躯体露出了肋巴骨,终日思念着自己的五个儿子,为自己孤独的一生叹息着。葫芦树上还挂着几个干枯的葫芦,起风了,风灌入葫芦口"嗡嗡"作响,门前的金竹也在风声中发出了"刷刷"声,好像有一种娓娓扬扬的响声与老人对起话来。老人孤苦零仃,没人体贴照应,没处倾诉愁肠。每天,呆呆地坐在茅屋前的树桩上,凝神地望着摇拽的竹林,倾听着风灌葫芦娓扬的回音。听呀听,老人的心颤栗了,好似又听见了亲亲的儿子们的嬉笑声,看到了孩子们健壮的身影。老人摘下了一个葫芦,砍来了五根长短不一的竹子。挖空了葫芦心,竹杆上烙了洞。掏空了的葫芦是老人熬干了血的心,五根竹杆好比老人心爱的五个儿子,竹杆插入葫芦心,心和心、肉和肉相连了。

老人颤栗的嘴唇吹响了葫芦笙,婉转柔和的乐音是儿子们的话音,和声的共鸣是老人心中翻滚的波浪。哟,老人和儿子们在乐声中相见,说不完的话啊,诉不尽的父子情,在葫芦笙里流淌,回旋。

乡亲们听到了葫芦笙的声音,从四面八方围拢来,老人吹起了思念曲,再来一调"战斗调",老人茫然了,械斗给人们带来了什么?只有无穷无尽的灾难,人们希望安居乐业,老人满怀激情地吹起了"团结调"。人们似乎听懂这团结的心声,大家不约而同的手挽着手,跟随老人跳起了打跳。从此世代相传,流传至今。

舞者的服饰均同"哦忍仁"。

(二) 音 乐

小 跳

传授 杨加俊(纳西族) 记谱 陈秋元

传授 杨加俊(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = bE 中速

#### 大 蛮 调

 1 = b E 中速稍快
 传授 杨加俊 (纳西族) 记谱 陈秋元

 2 4 6. 3 2. 3 | 2. 3 6 | 6. 3 2. 3 | 2. 3 6 | 3. 1 2. 3 | 6. 1 2. 3 |

 6 6 | 1 6 2 16 | 2. 3 2. 3 | 2 21 6. 1 | 2 21 2. 3 | 2 21 6 21 |

 1343

 $6 \quad \underline{6} \quad \underline{1} \quad \begin{vmatrix} \overset{\sim}{2} & 3 & 1^{\frac{2}{1}} \\ & 2 & 3 & 1 \end{vmatrix} \quad 6 \quad 6 \quad \begin{vmatrix} \underline{6} & 65 & 3 & 5 \\ & 6 & 5 & 3 \end{vmatrix} \quad 3 \quad 2 \quad 1 \quad 3 \quad \begin{vmatrix} \underline{3} & 6 & 3 & 3 & 5 \\ & 3 & 5 & 1 \end{vmatrix}$ <u>3 3 5</u> 6 | <u>3 6 3 21 | 6 6 | 6 1 2 2 1 | 3 2 1 3 2 1 | 3 3 0 |</u> 2 <u>1 2 1</u> | <u>6 6 1</u> <u>6 2 1</u> | 6 6 | <u>6 6 5</u> 3 3 5 | <u>6 6 5</u> 6 6 6 6 6 3 #4 4 #<u>4 6 3 #4 6 4 |</u> \*<u>4 65 3 6 | \*4.6 356 | 6 65 36 | 3 15 3 21 |</u> 3 3 | 2 <u>1 21 | 6 61 6 21 | 6 6 | 6 65 3. 5 | 3 6 3 0 | 3 65 3. 5 |</u> 1344

 36
 30
 36
 335
 35
 65
 221
 31
 221
 30

 36
 221
 26
 66
 62
 12
 621
 61
 221
 221
 221
 66

 2
 121
 66
 62
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66
 66

背 合 背

#### 大 赶 街

传授 杨加俊(纳西族) 记谱 陈秋元

1 =  $^{\flat}$ E 中速  $\frac{2}{4} \underbrace{56}_{4} \underbrace{2 \cdot 3}_{4} \mid \underbrace{55}_{5} \underbrace{2 \cdot 3}_{5} \mid \underbrace{55}_{5} \underbrace{65}_{5} \mid \underbrace{5 \cdot 6}_{5} \underbrace{2 \cdot 3}_{5} \mid \underbrace{55}_{5} \underbrace{2 \cdot 3}_{5} \mid \underbrace{561}_{5} \underbrace{2 \cdot 3}_{5} \mid$   $\underbrace{55}_{65} \mid \underbrace{5 \cdot 6}_{2 \cdot 3} \stackrel{\sim}{2 \cdot 3} \mid$ 

#### 小 赶 街

传授 杨加俊(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = bE 中速  $\frac{2}{4}$   $\frac{15}{.}$   $\frac{55}{.}$   $\frac{23}{.}$   $\frac{5}{.}$   $\frac{216}{.}$   $\frac{5 \cdot 6}{.}$   $\frac{11}{.}$   $\frac{616}{.}$   $\frac{5 \cdot 6}{.}$   $\frac{5 \cdot 6}{.}$ 1346

#### 赶集调

传授 李阳宝(纳西族) 记谱 陈秋元

 1 = A
 中速

 2/4 5 65 3.5 | 5 35 3 35 | 6 65 6.5 | 6 56 3 35 | 5 35 3.5 |

 5 65 3 35 | 6.5 6.5 | 6 65 3.5 | 5 35 3.5 |

 6 65 6.5 1

曲谱说明,反复记号内的音乐作无定次反复。根据舞蹈的需要在任何一小节的第二拍结束。下同。

#### 一步合脚跳

#### 二步合脚跳

 1 = C 中速
 传授 梅多嘎 (纳西族) 记谱 陈秋元

 2 4 6 3 6 6 3 - | 3 4 6 5 3 - | 2 4 5 6 3 6 5 | 3 - |

 3 3 6 5 3 - 1

传授 李阳宝(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = bA 中速稍快

战 斗 调(之二)

传授 李阳宝(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = A 中速稍快

 4
 5
 6
 5
 3
 5
 3
 5
 3
 5
 3
 5
 3
 6
 6
 6
 5
 6

 ||:
 5
 6
 5
 3
 3
 5
 3
 5
 3
 5
 3
 6
 6
 5
 6
 1

战 斗 调(之三)

传授 李阳宝(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = bA 中速稍快

 $\frac{2}{4} \stackrel{?}{6} - | \frac{621}{21} \stackrel{?}{6} | \frac{216}{21} \stackrel{?}{6} | \frac{161}{21} | \frac{621}{21} \stackrel{?}{6} | \frac{621}{21} \stackrel{?}{6} 0 | \frac{1565}{21} | \frac{36}{21} | \frac{321}{3} | \frac{321}{321} | \frac{223}{21} \stackrel{?}{6} | \frac{621}{21} \stackrel{?}{6} | \frac{621}{216} \stackrel{?}{6} | \frac{216}{216} | \frac{161}{216} | \frac{621}{216} | \frac{6$ 

甩 勇 (之一)

**任**县

传授 杨加俊(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = bE 中速稍快 2 3 2 3 5 5 | 3 5 3 2 2 | 2 6 1 2

> 传授 李阳宝(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = E 快速

 $\frac{2}{4}$  6  $\underline{6 \cdot 5}$  |  $\underline{3 \cdot 5 \cdot 3 \cdot 5}$  6 | 6  $\underline{5 \cdot 3}$  |  $\dot{2} \cdot \underline{5 \cdot 3}$  |  $\dot{2} \cdot \overset{\sim}{2}$  |

<u>6 6 5 3 | 2 5 3 | 2 - |</u>

四门调

传授 李阳宝(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = A 快速

雁鹅翻山

传授 李阳宝(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = bE 中速稍快

乌鸦喝水

传授 李阳宝(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = A 中速

鸽子喝水

传授 李阳宝(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = E 中速

 $\frac{2}{4}$   $\dot{\underline{2}}$   $\dot{\underline{1}}$   $\dot{\underline{6}}$   $\ddot{\underline{2}}$  |  $\dot{\underline{2}}$   $\dot{\underline{1}}$   $\underline{6}$   $\ddot{\underline{6}}$  |  $\underline{6}$   $\dot{\underline{1}}$   $\underline{6}$   $\ddot{\underline{6}}$  |  $\underline{6}$   $\underline{5}$   $\underline{3}$   $\underline{2}$  |

2. 3 2 5 5

狼过九道坡

传授 李阳宝(纳西族) 记谱 陈秋元

1 = E 慢速

 $\frac{3}{4}$  1  $\frac{3}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{5}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{$ 

踔 支

传授 阿衣思给 (纳西族) 记谱 杨学文

洗 麻 跳

传授 阿衣思给(纳西族) 记谱 杨学文

1 = F 中速

 $\frac{2}{4}$   $\frac{53}{53}$   $\frac{56}{53}$   $\frac{6 \cdot 1}{56}$   $\frac{56}{6}$   $\frac{6}{53}$   $\frac{21}{56}$   $\frac{56}{6 \cdot 1}$   $\frac{56}{56}$   $\frac{6}{56}$ 

2 5 3 2 1 | 5 6 6 2 1 | 5 6 6

纺 麻 跳 (之一)

传授 杨永新 (纳西族) 记谱 陈秋元

1 = D 中速稍快

 $\frac{2}{4}$  5 5  $| \underline{5}$  6 $\underline{i}$  5  $| \underline{5}$  6 $\underline{i}$  5  $| \underline{3}$  2 1 2 5  $| \underline{3}$  2 1 2 1

#### 纺 麻 跳(之二)

传授 杨永新 (纳西族) 记谱 陈秋元

1 = G 中速

2 2 0 2 3 5 6 1

### (三)动作说明

1. 小跳步

准备 领舞者手持竹笛吹奏,众舞者右手搭于前者左肩上,左手叉腰或自然下垂。

第一~二拍 右脚向前迈一步,左脚靠于右脚旁踩地一下。

第三~四拍 左脚后退一步,右脚撤于左脚旁踩地一下。

2. 小蛮调

准备 众舞者"拉手"面对圆心,以下准备均同,文略。

第一~十二拍 左脚起一拍一步向右走十二步,走时,双膝较有力地上下屈伸,迈左脚时上身稍右转,迈右脚时上身稍左转,双手于两侧下方随身体微微甩动。

第十三~十四拍 左脚向前迈一步,右脚靠于左脚旁踏地一下,双手屈肘前甩。

第十五~十六拍 做第十三至十四拍的对称动作。

第十七~二十拍 同第十三至十六拍。

3. 大蛮调

第一~十拍 右脚起向右走十步,动作同"小蛮调"第一至十拍。

第十一~十二拍 左脚向右前迈一步,右脚靠于左脚旁踏地一下,双手顺势向前后各甩一下,上身稍前俯。

第十三~十四拍 右脚原地跺两下,双手在后不动,上身姿态不变。

第十五~十六拍 右脚后退一步,左脚随之撒于右脚旁踏地一下,同时双手向前、后各甩一次。

第十七~十八拍 左腿稍吸起,脚跟点地两下,右膝屈伸两下。同时双手向后甩两次。 1352 第十九~二十拍 左脚原地跺两下,双手向后甩两下。

第二十一~二十二拍 右脚原地跺两下,双手向后甩两次。

第二十三~二十四拍 左脚原地跺两下,双手向后甩两次。

4. 背合背

准备 众舞者男女相间围成圈,每对男、女为一组, 里侧的手相拉(舞时二人动作对称,以下说明中以右侧的男舞者为例)。

第一拍 右脚踏跺地一下,右手甩向前方,左手甩至左侧上方,同时身体稍左拧右后倾。

第二~三拍 左腿稍抬起,脚跟向下点地两下,同时右腿屈伸两次(见图一)。



图 -

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

第七~九拍 右脚起,一拍一次换脚跺地三下,双臂屈肘举至两侧。

第十拍 左腿稍吸起,脚跟点地一下,右腿同时屈伸一次。身体稍左拧。

第十一~十四拍 做第七至十拍的对称动作。

第十五~十六拍 右脚起,换脚踏地两次,上身踏右脚时往左拧,踏左脚时往右拧。

第十七拍 右脚踏地一下,同时上身左拧稍后仰。

第十八拍 右脚稍吸起,脚跟向下点地一下,同时左腿屈伸一下。

第十九~二十拍 做第十七至十八拍的对称动作。

第二十一~二十二拍 同第十七至十八拍。

5. 大赶街

第一~二拍 左脚向前上一步,右脚向前撩踢一下,双手自然前甩一次。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 左、右脚原地各踩一步。

第七拍 左脚向前撩踢一下后落地。

第八拍 右脚向前撩踢一下。

6. 小赶街

第一~三拍 左脚起换脚原位踏地三下,同时上身前俯,随动作右、左晃动。

第四拍 左脚原地小跳一下,右腿稍前踢。

第五拍 右脚踏地一下,双腿微屈膝。

第六拍 做第四拍的对称动作。

7. 赶集调

第一~二拍 右脚起向右横走两步。

第三~四拍 左脚向前撩一下收回原位。

第五~六拍 右腿向前踢起快速勾回,同时左脚原地踮跳一下后,双脚自然站立。

8. 一步合脚跳

第一拍 双脚前跳跺地一下,两膝顺势屈伸一下。

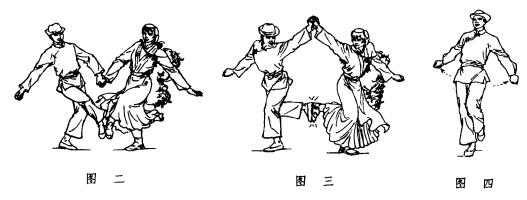
第二~三拍 左脚原地跳一下的同时,右脚向左前踢起,用脚内侧与对方脚内侧对击一下,上身随之左拧稍后仰(见图二)。

第四拍 同第一拍。

第五~六拍 右脚向左后踢起与对方脚掌对击一下,身体顺势右拧稍前倾(见图三)。 第七~十二拍 做第一至六拍的对称动作。

9. 战斗调(之一)

第一拍 右脚跺地一下的同时,左腿稍吸起胯向右稍送,上身稍左倾(见图四)。



第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 同第一拍。

第四拍 左脚向右前踢起。

第五~六拍 做第三至四拍的对称动作。

10. 战斗调(之二)

第一~二拍 左、右脚交换跺地一下,上身随之向右、左晃动。

第三拍 左脚跺地一下,同时向左转身半圈,左手搭于原舞伴右肩。

第四拍 右腿向前抬一下。

第五~六拍 右脚收回向下跺地两次,身体随之颤动。

第七拍 右脚跺擦地踢出。

第八拍 右腿屈膝向后猛地勾回,左腿膝稍屈,上身前俯(见图五)。



图五

第九拍 右脚向下跺地一次,上身立起。

第十拍 右腿向左前抬起,身体随之稍左拧后仰。

第十一~二十拍 做第一至十拍的对称动作。

11. 战斗调(之三)

准备 舞者"拉手"面对圆心。

第一~三拍 左脚起向左走三步,双手向前甩两次。

第四拍 右脚向前撩一下。

第五拍 右脚前落,双手向前甩一次。

第六拍 左脚至右脚旁踩地一下。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

第九~十六拍 做第一至八拍的对称动作。

#### 12. 甩手调

准备 舞时两人为一组对跳,均双腿屈膝,左脚靠至右腿旁,脚掌点地,以下以左舞伴为例,右舞伴动作与之对称。

第一拍 左脚向左迈一步的同时,双膝伸直,双手顺势向后甩,上身稍前俯。

第二~三拍 右脚跟至左脚旁,脚掌点地两下,双膝屈伸两次,双手后甩两次,上身随 之前俯两次。

第四拍 做第一拍的对称动作,双手顺势向上高举。

第五~六拍 左脚吸起,脚跟向下点地两次,双腿屈伸两次,双手不变,上身稍仰。

第七~十拍 左、右脚交换原地踩踏四次,左脚踩时身体向右转,双手自然向右摆,右脚踩时身体向左转,双手自然向左摆动。

第十一~十二拍 同第五至六拍。

第十三拍 双手下垂。

第十四~十九拍 做第七至十二拍的对称动作。

13. 甩手跳

准备 同"甩手调"。

第一拍 左脚向前迈一步,同时右脚稍前吸,双手向前甩。

第二拍 右脚后撤一步,左脚稍前吸,双手向后甩。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五拍 左脚落地,左手甩至前方,同时右转身四分之一圈,与舞伴背靠背,右腿屈膝稍提起。

第六拍 做第五拍的对称动作。

第七~八拍 同第五至六拍。

提示:跳得激烈时,第五拍幅度可加大,右腿成前吸状,上身右拧前俯。

14. 四门调

第一~二拍 右脚向左前上一步,左脚向后稍抬起,上身随之稍左拧前倾,双手向后 甩一下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 右脚向右小跳一步,左脚迅速跟至右脚旁,双腿屈膝,同时右转四分之一圈, 上身稍左拧前倾。

第六~八拍 上身姿态不变,左脚跺地三下,双膝随之上下颤动,双手在两侧"顿" 三下。

第九~十二拍 做第一至四拍的对称动作。

第十三~二十四拍 做第一至十二拍的对称动作。

15. 开跳

第一~八拍 左脚起,每拍一步向右走,走时,双膝每拍屈伸一次,双臂屈肘于两侧, 一拍一次上下甩动,上身拧向右前方,并随动作左右微微转动。

16. 雁鹅翻山

第一~三拍 做"开跳"第一至三拍的动作。

第四拍 右脚在左脚旁踏一下。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

17. 乌鸦喝水

准备 舞者两手捧笙,双腿屈膝。

第一拍 左脚向前跳一步,双腿屈膝,右小腿后抬,上身前俯扣胸(见图六)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 左脚落地腿屈膝,重心后移,右腿屈膝前抬起,上身后仰(见图七)。



图六



图七

第四拍 右腿屈膝落地,重心前移,左脚后抬起,上身前俯扣胸。

第五拍 同第三拍。

第六拍 右脚收回靠至左脚旁。

第七~十二拍 同第一至六拍。

18. 鸽子喝水

准备 同前。

第一拍 左脚前踩一下,双腿屈膝,上身前俯扣胸,目视下方,似鸽子喝水。

第二拍 右脚上至左脚旁,右膝伸直,左脚掌在右脚旁点地,上身立起。

第三~六拍 做两次第一至二拍的动作。

第七~十二拍 做三次第一至二拍的对称动作。

第十三拍 同第一拍。

第十四拍 右脚向前屈膝抬起,上身后仰。

第十五拍 右脚收回成"正步"。

第十六~十八拍 做第十三至十五拍的对称动作。

第十九~二十拍 上身前俯,全蹲一下起身。

19. 狼过九道坡

准备 站"正步",双腿屈膝。

第一~五拍 左脚起向前走五步,走时,腿顺势向后撩,上身前俯扣胸,眼向左右张望。第五拍时上身前俯幅度加大。

第六~八拍 左脚起后退三步成"正步"屈膝,上身姿态同前。

第九~十拍 右脚起,上两步成"正步",稍屈膝,上身前俯,似狼爬坡状。

第十一拍 左腿稍吸起,右腿屈膝,上身稍前俯。

第十二拍 左脚落地成"正步",上身立起。

第十三~十五拍 右脚起向前走三步,上身前俯扣胸,眼向左、右方各看一次。

第十六~十九拍 左腿前吸起,右膝屈伸两次,上身稍俯扣胸。

第二十~二十七拍 同第一至八拍。

第二十八~三十拍 同第十三至十五拍。

第三十一~三十二拍 上身前俯扣胸,全蹲一下立起。

第三十三~三十五拍 做第十三至十五拍的对称动作。

第三十六~三十八拍 上身前俯扣胸,全蹲三次。

第三十九~四十拍 同第一至二拍。

第四十一~四十二拍 做第三十九至四十拍的对称动作。

### (五)跳 法 说 明

打跳是纳西族的"咚罗丽"和"甲踔"共二十一套动作组合而成的乐舞。无论在院坝、广场,红白喜事或节庆时都可以跳,也可围篝火而跳或在月夜下跳。男女老幼均可参加。舞时,领舞者吹奏笛子或芦笙在前引舞,第二人右手搭其左肩上,其余人男女相间围圈手拉手或"扣手",沿逆时针方向舞动。在领舞的指挥下,每套动作可反复多次,也可任意组合,激烈时动作幅度加大,缓慢时动作幅度缩小,根据舞者情绪自由调节。

跳"雁鹅翻山"时,专曲专用,无限反复。吹笙者在前领舞,第二人右手叉腰,左手与舞伴右手相拉,其余舞者均为"拉手",先做一遍"开跳"动作,再反复跳"雁鹅翻山"动作,吹笙者往左转从第二、三人高抬的手臂中钻过去,回到后位。同时第二人向左自转一圈后将左手塔于右肩上,其余舞者原地做动作(见图八和调度图一)。



调度图一



图八

吹笙者带第二人往左转从第三、四人抬起的手臂中钻过回到原位,同时第三人向左自转一圈后将左手搭于自己右肩上(见图九和"调度图二"),以此类推,直至最后一人钻完。



调度图二



图九

然后,由吹笙者带领,全体依次走相反路线,做对称动作继续舞动;吹笙者往右转从第二、三人高抬起的手臂中钻过去,回到原位,同时第二人向右自转一圈后将左手从自己右 1358 肩上放下,其余舞者原地做动作(见调度图三)。

吹笙者带第二人往右转从第三、四人抬起的手臂中钻过去,回到原位,同时第三人向右自转一圈后,将左手从右肩上放下。以此类推,直至所有舞者都放下了自己的左手,成手"拉手"(见调度图四)。





传 授 杨加俊(纳西族)、黄文发 阿热尼(纳西族)、梅多嘎(纳西族) 张之茂(纳西族)、李阳宝(纳西族)

编 写 秦国华、纳 咪(纳西族) 杨跃文(纳西族)、杨学文

绘 图 刘永根

执行编辑 和寿春(纳西族)、丁 超 陈菊珍

# 阿丽哩

### (一) 概 述

"阿丽哩"是纳西族的自娱歌舞,因舞歌中"阿丽哩"的衬词而得名。曲调欢快、舞步轻盈,多在节日喜庆时跳。

"阿丽哩"流传于丽江纳西族自治县的各纳西村寨。1949年7月,丽江县城和平解放。中国人民解放军滇桂黔边区纵队第七支队的政工干部,前往丽江县城北的大具区开展工作。学习了流传于大具区的民间歌舞,其中有些舞是从中甸三坝纳西族地区传来的。他们对这些舞的曲调作了相应的改动。舞蹈动作也从稳健改为欢快跳跃。改编后的"阿丽哩"旋律明快、节奏鲜明。使整个歌舞更加活泼、清晰、流畅。充分体现了纳西族人民获得解放的喜悦之情。流传到民间后,以它流畅的曲调,易学的舞步很快在纳西族人民群众中普及起来。流传在丽江县境内的"阿丽哩"与流传于中甸三坝纳西族聚居区的有些民间歌舞是有亲缘关系的。

阿丽哩作为衬词,内含高兴欢乐之意。舞蹈动作较为简单,不管跳多长的时间,都是以几个基本动作无限反复。舞队多呈圆形,顺时针方向无限循环而舞,直至尽兴。

### (二) 音 乐

阿丽哩

传授 李秀香(纳西族) 记谱 陈秋元 配歌 和即贵(纳西族)

1 = G 中速稍快

- 4. (領)月亮花,月亮花,绣朵月亮花。 (齐)绣朵月亮花,月亮花。
- 5. (領)七星花,七星花,绣朵七星花。 (合)绣朵七星花,七星花。
- 6. (領)女儿们,女儿们,纳西女儿们, (合)纳西女儿们,女儿们。
- 7. (領)记心中,记心中,勤劳记心中。 (合)勤劳记心中,记心中。

# (三)动作说明

准备 男女相间"拉手",自然站立。

第一~三拍 左脚起向左走三步,双手自然向前甩两次(第三拍时双手垂下),上身稍转向左前方。

第四拍 右脚往左前踢起的同时,左脚踮跳一下,双手前甩一次,上身顺势略仰(见 1361

#### 图一)。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十二拍 做第一至四拍。

第十三~十四拍 右脚向右迈一步,左脚向右前踢起,双手向上甩一次,上身稍转向右前方,略后仰。

第十五~十八拍 同第一至四拍。

第十九~二十拍 同第十三至十四拍。



图一

# (五)跳 法 说 明

纳西族的男女老少(参见《哦忍仁》中的"造型"图)只要高兴,在村寨的广场及院落都可起舞,不受时间、地点的限制。舞者围圆按顺时针方向无限循环,边唱边舞,尽兴为止。

编 写 杨跃文(纳西族)

纳 咪(纳西族)

秦国华

绘 图 刘永根

资料提供 杨国相(纳西族)

执行编辑 和寿春(纳西族)

丁 超、陈菊珍

# 瑶族舞蹈

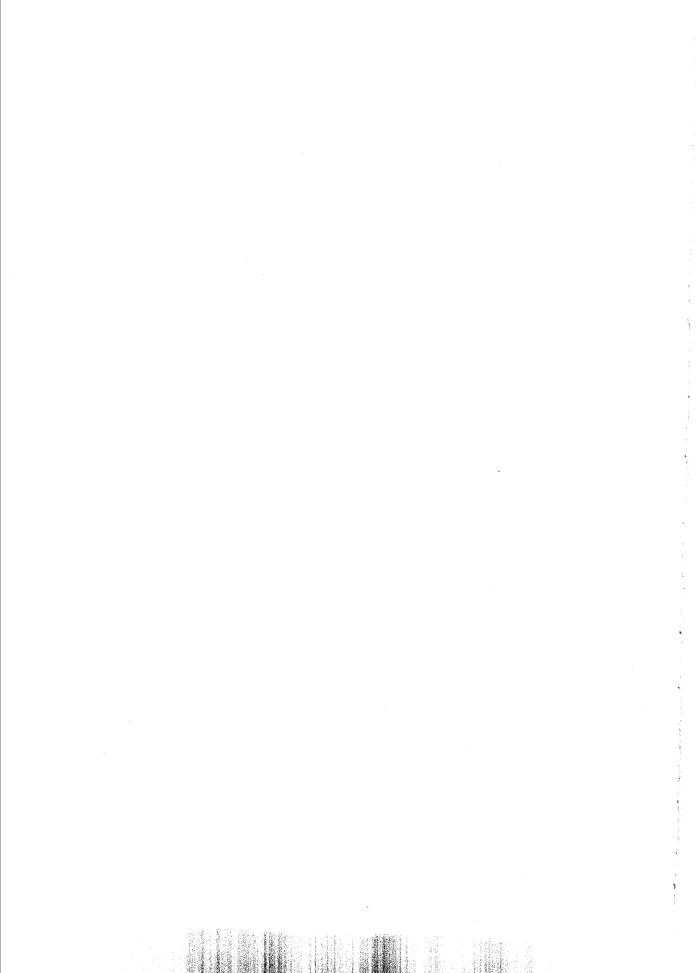
主 编 牟洪恩

副主编 陈芳国

编 辑 蒋云珠(瑶族)

黄忠堂、伍炳培

责任编辑 丁 超



# 瑶族民间舞蹈概况

云南瑶族主要分布于文山州的富宁、广南、麻栗坡、马关,江河州的河口、金平、屏边、 元阳,西双版纳州的勐腊,思茅地区的景东、江城、墨江及曲靖地区的师宗等县。

瑶族属汉藏语系苗瑶语族瑶语支。云南瑶族讲"勉话",通汉语而无瑶文。民间流行的所谓"瑶书"、"经文",实际上是一种借用汉字而发瑶语读音的文字,一字念三种音,即说话时发一种音,念经时发一种音,唱山歌情歌时又发一种音。由于年代日久,借用的汉字多已变形,如"姑娘"瑶语读"煞",写则为"姨";"父母"读"法急",写则为"奎爷"。甚至依照本族语言特点按汉字结构方法再行创造,如"咊"、"坦诅"、"盘点"等。

根据语言和服饰特点,云南瑶族共分为三大支系,即靛瑶、板瑶和过山瑶。各支系另有自称,如靛瑶支系的蓝靛瑶自称为"秀门"、"金门"和"吉门"等,而河口、屏边、金平等县的线瑶、沙瑶、平头瑶则自称为"耿门"、"见低门"和"京江门";板瑶支系的大板瑶、江头瑶、角瑶自称"尤勉";过山瑶则自称为"亚"。

云南瑶族,根据各地志书及本族所言,其先祖即史书记载的秦汉时期"长沙武陵蛮"之一部分,原住湖南洞庭湖一带(《后汉书》)。后因社会动乱,约于明末清初,分批经两广陆续进入云南。也有学者认为,早在唐朝时期云南就已居住有瑶族的先民。大概是由于瑶族在历史上并非是一次迁入云南,而迁入云南后仍不断四处迁徙的缘故。

入滇后的瑶族,仍处于一种经常性的流动之中。如清道光《他郎厅志》载:"瑶人自粤迁来,居无定处,每至深山开垦耕种,俟田稍熟,又迁别所开垦如前,不惮劳瘁。"瑶族进入云南后,仍按着一条由北至南、从东向西的历史上形成的迁徙路线移动。直至中华人民共和国成立,才结束了瑶族人民那"祖无田塘之地,累世依山刀耕火种,十指为挹(耙),度活浮生,山穷水冷,地瘦人贫,耕求不富,穷极艰难"的悲惨生活(引自西畴县清宣统瑶族手抄经

瑶族信奉祖先神和自然神,原始宗教观念浓厚。受汉文化的影响,道教十分盛行,并与本族原生信仰融合,形成了独特的民间宗教体系和风格传统。祭献盘瓠、神农、伏羲、社王、雷王、土地、山神、林神、四境、瘟主、三清、三元、玉皇、斗皇、老君、帝母、龙王、风伯、雨师、谷娘、禾魂、四帅、张天师、城隍、观音、家先等。传统节日及宗教节日甚多,几乎月月都有节。宗教仪式有"度戒"、"打斋"、"祭龙"、"祭社"、"扫寨"、"拜寄"、"祭神"等。

其中"度戒"是云南各地瑶族极为重视的一种传统宗教仪式活动,民族特色极为浓厚。 瑶族实行族内婚的一夫一妻制,受本族法纪的影响,婚后离异者极少。青年男女婚前恋爱自由,对歌谈情是主要的恋爱方式。

瑶族原为火葬。史籍载:"父母死,以火焚尸,捡骨置瓦器,以便迁徙"(民国《马关县志》卷二)。现已不行火葬而土葬。

云南瑶族的盛大祭祀活动至今仍然保留着明、清时代的典仪遗风,要挂盘王、三清、三元、四帅、龙王等帛画,并由道公和师公主祭主跳,配以跳鼓、跳锣、跳钹、跳铜铃、跳罗帛、跳花带、跳法棍等舞蹈。其中,跳鼓乃是仪式活动中的主要舞蹈,盘鼓为主奏乐器。云南瑶族的盘鼓(又叫扁鼓)大小各异,故盛行"盘鼓舞"而无"长鼓舞",据本族人说是因为长期迁徙之故,长鼓不好携带,进入云南后便逐渐失传了。

云南瑶族的民间舞蹈以祭祀舞蹈为主,特别是度戒仪式中的系列舞蹈最具代表性。另外还有祭祖还愿的"跳盘王"、祭祖纳福的"跳江楼"、缅怀亡人的"龙虫舞"、扫寨逐瘟的"祭社"和驱鬼除邪的"丢曼"等,舞蹈的功利目的各不相同。

除了大量的祭祀舞蹈外,还有节日期间的"跳新年"、喜贺新居的"庆瑶楼"和为了展示青年小伙的机灵勇敢以搏得姑娘爱慕之情的"锣舞"等。

由于瑶族舞蹈大量集中在祭祀活动中,因此,仪式的主持者——师公和道公,就是舞蹈的主要表演者。但师公信奉师教,以"梅山法主"唐、葛、周三将军为其师主,属梅山教。道公则信奉道教,尊玉清、上清、太清三位尊神为道祖。所以,瑶族的祭祀舞就有"师边"和"道边"之分。"师边"的舞蹈称"跳师","道边"的舞蹈称"跳道"。但师公又尊道教为正教,并借用道教的"三元三官"的概念和含义来称其师主为"上元唐相,中元葛相,下元周相"。所以,师教又叫"三元教"。

在"度戒"仪式中,道公常以"跳道"来请神,师公则以"跳师"来娱神,故道公舞又称"文舞",师公舞又称"武舞",在舞蹈的风格和法则上有如下区别:

第一,道公以鼓、锣(大锣)和钹为伴奏乐器,舞蹈中节奏平稳,神态虔诚,舞姿多呈含胸揉踩之态。跑边时往往先出右脚,往右转身起步。行进中,双膝上下颤动,上身稳健,如踩海绵一般,师公则以鼓、锣(小马锣)、铜铃为伴奏乐器,节奏跳跃明快,舞姿多颤抖、摇摆或晃动。跑边时先出左脚,往左转身起步。行进中,其双膝的颤抖、上身的摇摆和双肩的晃1366

动,皆为巫舞的原始风格。

第二,道公舞以道教"上元天官赐福,中元地官赦罪,下元水官解厄"的教义为法则,形成了高、中、低三种位置进行舞蹈的"三元跳法";师公舞则从阴阳五行、五方、五色、五帝等观念出发,形成按东、南、西、北、中五个方位进行舞蹈的"五方规则"。

以上两种不同的舞蹈风格和法则,在仪式活动中往往是他们的主要区别。但在同坛作法的过程中,他们又相互密切配合,表现出谁也不能偏背的师、道同宗的现象。

瑶族祭祀舞蹈都为道具舞,如请圣则击鼓、敲锣、跳钹、摇铃、舞令简;祭祖则跳法杖; 求子则跳法棍;镇坛压邪则舞法剑;跳罗帛意为诸神驾到;舞花带则是送给神灵的束束鲜 花。

瑶族是一个不断迁徙的不屈不挠的民族。他们的舞蹈突出地表现了这个民族所具有的显明的文化特质:对以盘瓠为主神的无限美好的厚望;对祖先传统美德的赞颂;以舞蹈传播民族淳朴的道德观念和精神;发扬本民族传统的群体意识,这正是瑶族舞蹈所具有的基本文化内涵。

(执笔:牟洪恩、陈芳国)

# 度 戒 舞

#### (一) 概 述

"度戒舞"是瑶族"度戒"仪式中系列舞蹈的总称。

瑶族人民重历史、重道德、重礼仪、重宗教,对于下一代,能否了解祖先历史,品行是否端正,能否通晓各种接人待物的礼仪,能否举行各种宗教仪式活动祭祀祖先和神灵等,被认为是至关重要的事情。每一个男性在成年时都必须经过一个宗教性的仪式活动——度戒,然后才能被认为是本民族的社会成员,才能成家立业,享有参加社会活动的各种权利,将来死后其灵魂也才能"升天""做官"。故此度戒仪式极为隆重。

度戒,蓝靛瑶叫"栽奢",红头瑶称之为"度鳃",多于腊月举行。蓝靛瑶男青年必须于婚前度戒;大板瑶、红头瑶、角瑶等支系则要婚后才进行,而且要夫妻同度,仪式期间不准同房,度戒以后一个月内不得吃荤。

在瑶族的宗教观念中,既有本民族的原生信仰,又受道教的影响,故度戒中又有"度道"和"度师"之分。即父亲为"道边"弟子的,其长子必须继承父亲戒业而受道戒;若父亲为"师边"弟子,其长子则必须受师戒;若父亲既是道边弟子又为师边弟子,其长子就师、道两戒同度。其他孩子可自由选择戒业。本文以师、道两戒同度的仪式为例。

要度戒者,须以"全、半、败"三年为一轮来与其年龄相对应推算,轮值全、半之年可度,逢败年则忌度。例如,子、午、卯、酉年降生者从十一岁开始取得度戒资格,即十一岁为"全",十二岁为"半",十三岁为"败",则十三岁忌度;辰、戍、丑、未年降生者,从十二岁开始取得度戒资格,即十二岁为"全",十三岁为"半",十四岁为"败";寅、申、己、亥年降生者,从十三岁开始取得度戒资格,即十三岁为"全",十四岁为"半",十五岁为"败"。

1368

度戒之前,主人要"煮酒择师"。即:用糯米蒸饭后拌上酒药,分成若干份(多为五、七、九等单数),然后装在几个瓦罐内(称为"师罐"),每罐配上一位要请的师傅的名字(通常是本族中德高望重的老年人)。三天后,酒药发酵,若米酒不香甜者,便不聘为师傅,若米酒香甜者,主人家去聘请时,一般都乐意接受。

戒师多由七人组成,即:

道公——文师,穿黑底红镶边彩绣法衣,负责向受戒者传授经典历史和民族传统道德的教育。仪式活动中为"文坛科"的主持者。

师公——武师,穿黄色法衣,负责宗教律典的传授和讲解。仪式活动中为"武坛科"的 主持者。

引教师——穿蓝色法衣,负责向受戒者传授翻滚度戒台的技巧动作。仪式活动中为受戒者接受道法的引渡人和点教人。

童坛师——一般装束或穿红色法衣,负责布置坛堂、抄拟戒律文牒和度戒台的修搭工作。

保见师——戴假面,穿破衣烂衫,驼背,手持弓箭,意为受戒者之父亲。是舞蹈的主要表演者之一。

证见师——男扮女装,背假婴,意为受戒者之母亲。是舞蹈主要表演者之一。

画字师——一般装束,负责整个仪式的经费开支,安排准备仪式过程中需要的实物和舞蹈道具等。翻度师台时,则肩扛雨伞和包袱,手拿经书参与舞蹈,意为受戒者之母舅。

以上七位师傅中,道公、师公、引教和童坛四人为主要的主事师傅。根据需要,还要再请上一些懂得教规教法的徒弟来协助念经、请神和跳神。

选好师傅,就根据受戒者的生辰八字择定度戒日期。之前,家长要先将孩子送到道公、师公和引教三位大师傅家中进行烧香拜师,然后将孩子拜托给各位师傅,让其轮流接受族规族礼的教育。一般是在每位师傅家中住三天。意为从烧香之日起,受戒者便已重新"投胎"于师父腹内,每位师父"怀孕"三个月(一天为一月)。九天后再送到主人家中进行正式的度戒仪式,让其脱胎换骨成为新人。

拜师期间,师父要将孩子安顿在家中比较僻静的地方(多为楼上)。并规定:不许劳作,不准杀牲;要忌食油荤,素食淡饮,用以修心养息,默守规程;睡觉要侧卧,不得仰视上苍;出门要头戴篾帽,低头行路,不可东张西望,更不得了望天空。

每当夜深人静之时,师父便将徒弟带到火塘边坐下进行教化,直至鸡叫两遍方能睡觉。传教内容主要是:做人不得伤天害理,天地皆有神灵,人靠天意而生,靠天意而灭,凡事不能指天骂地;要尊敬老人,和老人同行时,天晴要跟在后面,天阴要走前面,帮老人开路打露水;为人要勤劳,不贪懒,不占人便宜;不得调戏妇女,不可欺负弱小等等。整个教化期间,徒弟只准静思默记,不得插话或提问。

文师传教一般只需三天,然后转到武师家接受宗教礼仪的教诵,直到熟记并理解之后,再转到引教师家,接受度戒仪式中的技巧训练,领受每个仪程中的要点,注意克服可能会出现的问题。

传教结束的最后一天,便是"起师"的日子。届时,师傅们要各自在家举行仪式,叩拜祖先,拜别父母和妻子。然后酒祭神刀,撒米"借调"天兵神将,敲锣打鼓奔赴主家。同时将孩子一并送回,正式举行度戒仪式。这天,家族及亲友都要来参预仪式,以示祝贺。

是日子夜,主事师傅(正戒师)将受戒男孩叫到坛堂中央,用被子将其从头盖到脚,并手持"告板"和铜铃,盘腿端坐于席垫上。然后,正戒师持鼓,另外三师持锣、钹、铜铃和令简等,面向神坛一字排开,由正戒师向神位汇报:"这个孩子经过教化已经成人,能通情达礼,来日必成大器。今遇良辰吉时,打动鼓声,上不犯天,下不犯地,不犯师、主两家。当生本命,元辰星君,日午灯筵,度戒坛内,洪恩大会,打动鼓声,奏转诸位神灵,求祖先保佑!"然后众齐呼:"吉日良利之时!"正戒师击鼓三声,表示动鼓开坛,随后鼓锣齐鸣,开坛唱经,跳起请神迎神舞。整个坛堂,左为文坛科(即"道边"),右为武坛科(即"师边"),在阵阵喃诵经文的韵律和节拍声中,各自按着不同的程序,不断变换着手中的法具,或单人舞蹈,或双人舞蹈,或三人舞蹈,时而环绕成圈,时而排列成行,时而跑花穿梭。鼓锣阵阵,法衣飘逸,伴随着场外姑娘们唱起的程序内容歌,使得整个坛堂形成一个极为热烈的歌舞场面。当受戒男孩经过两个小时左右的静坐后,就送回原处休息,而跳神的师傅们则通宵达旦,始终不停。

拂晓前,师傅们再次将受戒男孩带到坛堂,唱起《引光歌》,跳起《川光舞》,表示"川光童子降坛中"。在这里,受戒者已作为"鬼神童",跳《罗帛舞》,让其骑上神马上梅山(即梅山教三元教主居住之洞府,罗帛为神马)寻求法主学法术。天亮后,就到屋外翻滚戒台,表示再次投生人间。

第二天早晨,主事师傅挥舞法剑于屋前斩妖杀邪后,众位师傅便敲锣打鼓,簇拥着受戒者走出屋外。道公与师公于前开路,引教师牵着受戒者,另有两人为他们打着伞,边舞边向度戒高台走去。

"度戒台",是用四根圆木搭成的一座 3 米高台,意为"五台山",又叫做"云台"。当众位师傅带着受戒男孩围云台舞蹈三圈后,引教师就从台后的楼梯爬上云台,边舞边喷甘露水,表示将戒台洗干净。然后,道公与师公各立于楼梯两旁,念动咒语并一板一拍地由下而上指引楼梯(过去曾为"刀梯"),让受戒者在引教师的引导下,每步都上左脚,慢慢爬上云台。接着,除道公和师公外的众位师傅就在云台下表演起《狩猎舞》来。据说通过此舞的表演,既可驱逐一切妖孽,保证度戒成功,又可在将来的狩猎活动中得到"猎神"的保佑。在表演过程中,表演者视云台的四根圆柱为树木,穿行于森林之中,云台上的受戒者要密切配合表演者(不准笑),使表演既严肃而又风趣。最后,四位主事师傅纷纷向表演者敬酒,以示感谢。

接下来,就是云台的翻滚仪式(即"度师")。云台下,九位成年男子拉紧一张藤网,网上铺有三位主事师傅带来的棉被,男扮女装的证见师抱着假婴站于藤网之旁。云台上,受戒男孩两臂紧抱双腿,全身卷曲,箍成一团。这时,师公道公站于云台两旁,手举法刀,口中念念有词,一声令下,男孩便在引教师的指导下急速往后仰翻,从云台上滚落到藤网之中,意为从天降生,落入天神之母腹(棉被象征母腹)。

此仪式极为重要,若男孩落入网内仍身不散、手不松,则表明师戒度成功,师傅们便将 男孩扶起,轮流给他喂上一口糯米粑(意为母乳)。若男孩落入网内便两手松脱,四肢朝天, 就说明师戒度不成功而成为一件终身憾事。

度完师戒,师傅们又带领受戒男孩围云台舞蹈三圈后回到堂屋外,让其跪听童坛师朗诵贴在门旁的榜文,以阐述家中的经济情况及父母养育之恩等。此时,保见师手拿弓箭,证见师身背假婴到围观者中逗笑取乐。若保见师将弓套于谁之头上,并声称孩子没有奶吃,那么谁就要给予一定的礼钱表示心意。

榜文读完,受戒男孩就步入堂屋中央,三拜祖先后坐下,进行"度道"仪式。首先,师傅们蔽锣打鼓围着受戒者边唱边跳。跳完后,童坛师拿来一把木梳和三枚铜钱,由道公将三枚铜钱用线拴在受戒男孩的头顶上成三角形。然后用木梳给他梳头,若梳东方就面向东,若梳西方就面向西,共梳四个方向。梳完头,道公含上一口酒(或水)喷在男孩头上,口中念念有词,另外三位师傅便分别用剪刀剪下拴着铜钱的三束头发。铜钱落地,要马上检验"铜钱卦"的结果(即看哪面朝上),以确定道戒的吉利程度(分大吉、吉和小吉)。若剪下铜钱受戒者就口鼻流血,则视为大凶。

受了道戒、师傅们便给受戒者戴上红顶(即头御),转三转以示升戒。然后,将两卷戒文(瑶语称为"阴阳牒")重合在一起,放在一张小方桌上,边打开边向受戒者朗读,共为十大戒:

第一、不得冒犯盘王祖先。第二、不得骂天地日月星辰。第三、不得杀人放火,枉杀无辜。第四、不得隐经瞒教。第五、不得贪财恋色,调戏妇女。第六、不得嫌贫爱富。第七、不得辱骂师友。第八、不得怠慢父母。第九、不得拦路抢劫。第十、不得成师就忘了师恩。

以上十大戒,根据支系的不同,可能顺序稍有出入,但内容基本一致。

受戒者对十大戒必须无条件接受,并一式四份,分别盖上"三清道公印"和"三元师公印"以及引教和受戒者本人的手印。然后,当堂烧毁一份,两位师父(道公和师公)各留一份,受戒者终身留存一份,直到将来归世之时置于胸部随棺而葬,表示到了阴府还要进行对照检验。至此,度戒男孩方可抬头看天。这时,屋内歌声四起,师傅们领着受戒男孩载歌载舞,当歌舞达到高潮时,主事师傅便发出"哦一嗬"的吼声,于是,安排在一旁伴唱的歌男歌女便歌声顿住,纷纷抓起五谷洒向舞场中央,以示祝贺。

最后要进行送神仪式,以禀告临坛到位的天庭地府诸位神灵撤班退位。然后,师公与

受戒者跳起双人舞,并边舞边用"倒罢棍"(法杖)和法剑捣毁圣殿,撤除坛堂,"安龙接祖"以重设祖先神位。到此,度戒仪式全部结束。

晚上,受戒男孩要与师父同桌就餐,并请来师母一同入席。席间,徒弟要先向师母行礼(叩头)敬酒说:"请师母喝下这双杯酒!"师母便对徒弟说上几句封赠的话。然后,徒弟向师母发誓,保证"愿忠于师父,遵守戒规"等。可见,瑶族的"度戒",既有为受戒者消灾祛难之意,又有发展徒弟以继承师父戒业之目的。

受戒后,师父要为弟子取戒名。瑶族度戒取戒名有一定的规律,即祖辈排行五代一轮转,辈字不可乱用。如受师戒者,按"院、应、显、法、胜"五字排行;受道戒者,按"妙、经、玄、通、云"五字排行。而大板瑶,受戒后所取法名则必须要带一个"郎"字。

由于度戒仪式是一个比较复杂的宗教祭祀活动,而仪式活动的主持者——道公和师公,就是舞蹈的表演者。虽然两者的舞蹈步法有相同之处,并在舞蹈中相互借用,但道公舞属于文舞(即道边),师公舞属于武舞(即师边),所以,在服饰的穿着上、道具的运用上以及动作的韵律特点和舞蹈的结构形式等方面,都有着如下明显的区别:

第一、服饰穿着上的区别。

道公信奉道教,故其法衣为一件黑底红边开襟方形无袖贯头衣。其衣前襟左、右各绣一条头朝下的五彩祥龙,后背绣有最高天界"无极至尊"居住的大罗宝殿,上端是乘鹤飞升的玉清、上清、太清三位尊神及二十八宿星座名称;下端是宝华山、龙虎山、武当山、昆仑山、坭盖山及四个伏羲八卦图;中部为五山九庙七十二位得道真神面朝"三清"虔诚站立。

师公信奉师教,尊梅山法主唐、葛、周三将军为其师主,属巫教的梅山教。师公经文中唱到:"上元唐相着黄色,中元葛相着衫红,下元周相着青色,三师穿着不相同。"故师公的法衣皆为黄、红、青(蓝)三色,其中武师(即大师公)穿黄衫为上元法师,是武坛科的主持者;童坛师穿红衫为中元法师,是受戒者的监督人;引教师穿蓝衫为下元法师,是受戒者从阳人托化为"鬼神童"后在阴宫中一切行动的引渡人。

第二、道具运用上的区别。

度戒仪式分文坛和武坛,文坛属道边,武坛属师边。仪式中,坛堂一分为二,左坛堂为文坛,右坛堂为武坛,两坛同堂起舞,但在道具的名称和运用上都有不同。

道公以鼓、大锣、法钹、三清令简、老君杖、三清剑等法具为主,舞蹈皆为道具舞,有跳鼓、跳钹、跳令简和跳法剑等。

师公以鼓、小马锣、铜铃、三元令简、法棍、法刀及罗帛、花带等,也为道具舞,但为跳鼓、跳铜铃、跳令简、跳法棍和跳法刀等。

由于鼓是瑶族主神盘瓠的化身,打动鼓声便能惊动诸神,所以师、道都跳鼓。但是,道 公请圣用令简,师公请圣摇铜铃;道公接祖还斗用法杖,师公贺楼跳棍酬花娘;道公舞剑镇 法坛,师公挥刀斩孽障。因此,道公和师公的法具不但在名称和使用上有所不同,而且在制 1372 作上也有明显的区别。如"道公的鼓比师公的鼓大;道公的令简弯,师公的令简直;道公的 法杖长(1.5米),师公的法棍短(40厘米);道公的法剑长,师公的法刀短。

第三、舞蹈风格上的区别。

度戒舞的风格特点主要体现在道公和师公的步法和姿态上,即道公的步法姿态带着明显的"揉踩"之感,如踏罡星斗宿一般,具有遗神灵召之态,十分虔诚,故叫"踏罡"。而师公的步法在于颤跑,其舞姿在于颤抖,特别是膝部的屈伸带动全身的颤抖,同时双手舞动道具成横"∞"字花来形成腰部的扭动和上身在颤抖中的摇摆和晃动,颇具巫舞之风。

瑶族的度戒仪式分为"烧香拜师"和"坛堂授戒"两个阶段。拜师的最后一天是师父们 "起师"奔赴徒弟家"授戒"的日子。因此,度戒舞蹈便从"起师入宅"开始,经"动鼓开经"、 "召龙运水"、"请圣迎神"、"安坛川光"、"度师乐儿"、"度道乐花"、"倒罢川光"、"安龙接祖" 等,共计十个程序。

度戒舞主要以鼓点进行伴奏。其中,道边以喃诵经文为主,师边以唱经跳神为主。因此凡有钹和大锣参与伴奏的皆为道边鼓点,凡以马锣参与伴奏的就为师边鼓点。

为了对度戒舞蹈有一个比较全面的了解,以下将云南省各地较有代表性的度戒舞段 按内容进行归类,作统一的介绍。

#### (二) 音 乐

#### 锣鼓点一

蒋发贵 (瑶族) 牟洪恩

传授 记谱

### 锣鼓点二

### 锣鼓点三

世 大 伊 
$$\frac{2}{4}$$
  $\frac{2}{x_{0}}$  -  $\frac{1}{x_{0}}$  -  $\frac{1}{x_{0}$ 

# 锣鼓点四

1374

#### 锣鼓点五

传授 邓开礼(瑶族) 记谱 李凤仙

曲谱说明:铜铃为舞者所奏,下同。

#### 锣鼓点六

### 锣鼓点七

传授 陆有用(瑶族) 记谱 李凤仙

#### 锣鼓点八

传授 邓开礼(瑶族)记谱 李凤仙

锣鼓点九

传授 邓开礼(瑶族) 记谱 李凤仙

锣鼓点十

传授 邓开礼 (瑶族) 记谱 李凤仙

锣鼓点十一

传授 蒋发贵、蒋炳明(均为瑶族) 记谱 牟洪恩

曲谱说明,闷击符号中鼓为左手鼓槌,马罗为左手中指按住罗心边沿。下同。

1376

#### 锣鼓点十二

传授 蒋发贵、蒋炳明(均为瑶族) 记谱 牟洪恩

数  $\begin{bmatrix} \frac{2}{4} & \frac{\cancel{\times} \times \cancel{\times}}{\cancel{\times} \times \cancel{\times}} & \frac{\cancel{\times} \times \cancel{\times}}{\cancel{\times}} & \frac{\cancel{\times} \times \cancel{\times}} & \frac{\cancel{\times} \times \cancel{\times}}{\cancel{\times}} & \frac{\cancel{\times} \times \cancel{\times}} & \frac{\cancel{\times} \times \cancel{\times}} & \frac{\cancel{\times} \times \cancel{\times}} & \frac{\cancel{$ 

#### 锣鼓点十三

传授 邓开元 (瑶族) 记谱 车绍华

## 锣鼓点十四

传授 蒋炳明(瑶族) 记谱 牟洪恩

鼓	$\frac{2}{4}$	快速 X X	<b>X</b>	<u>x x</u>	> <b>X</b>	<u>x x</u>	<u>x x</u>	) ×	<u>х</u> о	II
-7 16 F	4	<u> </u>	X	<u> </u>	X	X X	X X	X	X O	
铜铃	<u>2</u> 4	0	X	0	X	0	0	×	<u>x o</u>	11

#### 锣鼓点十五

传授 蒋炳明(瑶族) 记谱 牟洪恩

#### 锣鼓点十六

传授 蒋发贵(瑶族) 记谱 牟洪恩

#### 铜铃谱之一

传授 邓永兴、邓永廷(均为瑶族) 记谱 马开华

#### 铜铃谱之二

传授 邓永兴、邓永廷(均为瑶族) 记谱 马开华

#### 坛前锣鼓闹纷纷

传授 蒋发贵 (瑶族) 记谱 牟洪恩

#### 手拎罗帛白绫绫

传授 蒋发贵 (瑶族) 记谱 牟洪恩

宫

(啊)。

1380

曛)。

(禁)。(禁)。

① 伝读 bèng,系瑶族经书中按汉字结构仿造的字,意为"我们"。

#### 一切圣神来点见

传授 蒋发贵 (瑶族) 记谱 牟洪恩

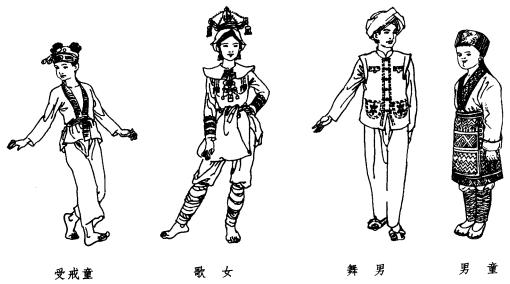
$$\dot{3}$$
 0  $\begin{vmatrix} \dot{i} & \dot{i} & \begin{vmatrix} \dot{2} & \hat{2} & \dot{3} & \begin{vmatrix} \dot{2} & \dot{3} & \begin{vmatrix} \hat{2} & \dot{3} & \begin{vmatrix} \hat{2} & \dot{i} & \dot{i} \end{vmatrix} \\ \end{pmatrix}$  , 你来 点见 数训 那 童

# (三) 造型、服饰、道具

#### 造型

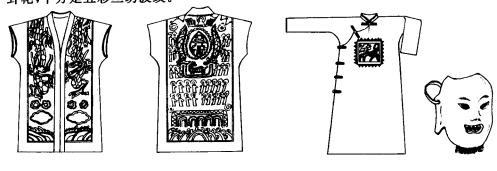


1382



#### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

1. 道公 包头帕,內穿中式靛染黑色对襟上衣和黑色中式长裤(即瑶族男式便装,以下简称"便装"),外着道公法衣,脚穿圆口黑布鞋。头帕为5米长自织靛染的黑色头帕,折叠成5层、宽10厘米的条形。包裹时,先将帕头贴于前额,再把头帕由左经脑后至右缠裹,然后再重复交错缠裹,最后于头右侧将帕尾插入帕内固定。道公法衣为用一块3米长、1米宽的黑布对折回后剪出领口,再从中剪开前襟,周边镶宽8厘米的红布边制成。前襟两片各用彩色丝线绣上金龙、鱼、卦花和水波纹。后衣片上部是二十四星宿名称和三位乘鹤飞升的三清道主;中部为两条金龙围住的金楼,楼内绣有"太罗天"三字,意为"元始天尊"居住的圣境,还有一个金环围住的麒麟,两旁是面向太罗天肃立的带有佛光的七十二位圣神。下部上方绣的是道家五座名山,即龙虎山、五台山、玉京山、鸧鸣山、坭盖山,另有四朵卦花,下方是五彩丝绣波纹。



道公法衣(正面)

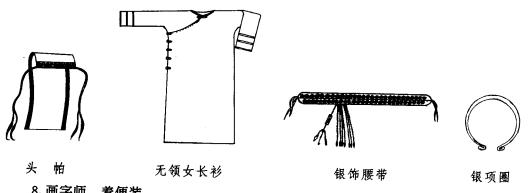
道公法衣(背面)

正戒师法衣

保见师面具

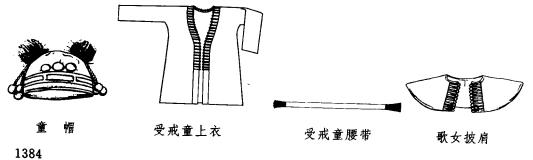
2. 二传道 内着瑶族男式便装,外着红色二传道法衣(样式同道公法衣,但不绣图案)。

- 3. 正戒师(师公) 内着便装,外着正戒师法衣。正戒师法衣为右衽长袖黄色长衫,前 胸和后背各绣一个边长为 20 厘米的黑丝线方框,框内用花线绣一个狗头马身像(意为赌 咒神)。
  - 内着便装,外着童坛师法衣。童坛师法衣为右衽长袖红色长衫。 4. 童坛师
  - 5. 引教师 内着便装,外着引教师法衣(即右衽长袖蓝色长衫)。
- 6. 保见师 "度师"仪式之前着便装,"度师"仪式中则穿中式对襟补丁上衣补丁中式 长裤,上衣后背缝有一个布垫作为"驼背",面带假面。
- 7. 证见师 "度师"仪式之前着便装,"度师"仪式中则男扮女装,即着蓝靛瑶妇女便 装,包生活头帕,着自织靛染土布无领右衽长衫,束银饰腰带,再将前后衣角提起插入腰带 内固定,翻露出衣摆里面显眼的红布镶边。头帕为一块长 70 厘米、宽 40 厘米的靛染黑色 长方形土布,帕头正面镶有银片和花边,左、右各有一根挑丝花带,带尾缀有珠穗,帕的背 面镶有红宽边。包头时,先将头帕盖上头顶(背面朝上,帕尾垂于后颈),然后将帕头往上翻 折露出银片和花边于额顶,再将帕带往脑后围头帕交叉后又经头顶交叉,再分别系于左、 右耳后,让帕带的珠穗垂于两肩。颈带一副银饰项圈。胸前佩黑白珠穗。

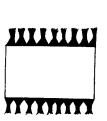


8. 画字师 着便装。

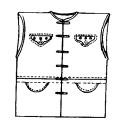
9. 受戒童 头戴瑶族男童帽,内穿中式对襟上衣,外套圆领开襟长袖黑土布衫,其衣 领口及襟边宽约5厘米,沿胸部至后领一圈饰有细密银泡。束宽边腰带,下着中式长裤,脚 穿圆口布鞋。

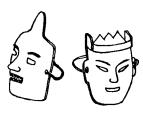


- 10. 歌女 着蓝靛瑶妇女便装(与证见师扮女装服饰相同),外加一披肩。头饰为先将头发从中向两边分开,至脑后束发盘至头顶,配上假发梳成盘髻,将银顶盘与发髻用叉叉针固定,盖上一块红顶巾(巾边皆有珠穗),再沿顶盘周围插上头钗。
  - 11. 舞男 着便装,外套一件土布黑色外褂,穿黑布鞋。舞蹈中间有时戴妖魔面具。









红顶巾

歌女头饰

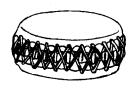
舞男外褂

妖魔面具

12. 男童 着便装。

#### 道 具(除附图外均见统一图)

- 1. 扁鼓 (又名盘鼓)直径约 50 厘米,厚约 30 厘米(师公使用的鼓,直径约 35 厘米,厚约 20 厘米),用一截圆木将其中凿空成鼓圈,上下两面蒙岩羊皮(或黄牛皮),用牛皮筋条将两鼓面联级,再在鼓圈和牛皮盘条间揳入木楔子将鼓面绷紧。
- 2. 筛锣 用青铜铸成,锣面为平面,直径约 50 厘米,周围有约 3 厘米的边。在上方的 锣边,钻两相距 15 厘米的小孔,将牛筋穿在一长 15 厘米的竹管中,系在锣边的孔内,为锣提柄。锣槌为一圆形木棒,一头包红布。
- 3. 马锣 用青铜铸成, 锣面略凸, 直径约 15 厘米, 周围有 2 厘米的边, 在上方的锣边钻两相距约 7 厘米的小孔, 用麻绳穿入, 作提手, 锣槌为直径 1.5 厘米, 长 15 厘米的木棍。
  - 4. 大钹
  - 5. 铙钹
- 6. 铜铃 黄铜铸成,上系一布带编成约 15 厘米长的铃带,带端系一颗虎牙,具有"镇邪"之意。铃中系一直径 1 厘米、长 2 厘米的椎形摆槌。
- 7. 道公令简 用厚约 0.5 厘米的木板做成。上端 8 厘米处向前弯斜约 30 度。淡黄色底,上用黑色绘线纹,并于正面写"三清大道"四字,弯斜处写一"神"字。











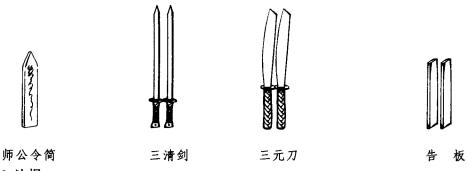
扁鼓和鼓槌

马 鍶

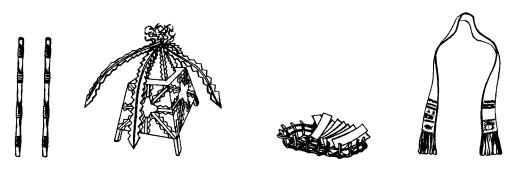
铜铃

道公今简

- 8. 师公令简 用厚约 0.5 厘米的木板,于上端 8 厘米处做成三角形。用墨写"敕令"两字。
  - 9. 三清剑
  - 10. 三元刀
  - 11. 告板 木制



- 12. 法棍
- 13. 法杖(老君杖) 约 150 厘米长、直径 3 厘米的木棍,棍上间隔大体均匀地雕出四段宽约 7 厘米的凹形刻纹。
- 14. 花楼 先用竹条扎成花楼骨架,用淡黄色腊光纸裱糊,用红色腊光纸剪成狗牙形花边,在下层每面贴成米字形,中间贴用白色腊光纸剪成的花心。上层沿边楞贴红色狗牙形花边,中层平台的四角各贴一小红纸花,花楼顶端扎一朵大红花,贴四条长约 50 厘米、宽 10 厘米,用红、黄、蓝三色腊光纸剪成的狗牙形边的花条。
  - 15. 圣目筛 用竹篾编成内盛纸剪冥钱。
  - 16. 罗帛 布制彩绣。



法 杖 花 楼 圣目筛 罗 帛 17. 花带 在一根绣彩色花边的白布带的两端缀上三角形彩绣布包,布包上缀彩布条。

18. 弓箭 用竹片烤弯,做成弓形,用牛筋做弓弦,用细竹杆做箭,刻出箭头,在弓中挖 1386

#### 一小孔,将箭杆穿过。

- 19. 假婴 用瑶族"背带"包住一用布做成的戴瑶族童帽的假婴孩。
- 20. 雨伞、包裹









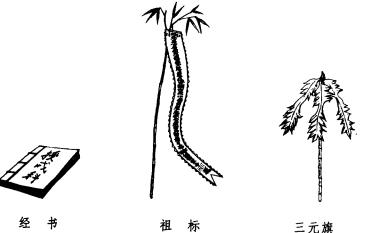
花 带

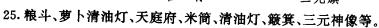
弓箭

假婴

雨伞、包裹

- 21. 经书 线装书, 卦面有"授戒科"字样。
- 22. 祖标 在一 130 厘米长的细竹竿上,挂一 15 厘米宽,约 130 厘米长的白布镶黄色 狗牙边做成的幡,用黑色在幡上写出"志心考召东枢宫中大慈大悲大德大显大是仁者寻声 赴感太乙救苦天尊青玄上帝"等字及历代家先姓名。
  - 23. 净坛枝 长约 30 厘米的树枝。
  - 24. 三元旗 将三张彩纸条(红、黄、蓝三色)剪成牙边状挂在长约1米的竹竿上。







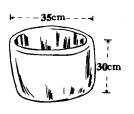
粮 斗



萝卜清油灯



天庭府



米 筒



清油灯 1387



三元像之一



三元像之二



三元像之三

### (四)动作说明

#### 道具的执法

- 1. 单执鼓(见图一)
- 2. 双执鼓 左手拇指套住扁鼓提手,手腕靠住鼓圈沿;右手拇指、食指和中指夹住鼓槌,同时以小指一侧掌沿,托住鼓圈。击鼓时,以手腕向里扣动,用鼓槌头击打鼓心,以左手四指按鼓面,控制闷音。鼓面向下(见图二)。
  - 3. 握钹(见图三)
  - 4. 执筛锣(见图四)



图一



图二



图 =



図 m

- 5. 执马锣 左手拇指套住马锣提绳,以手腕靠住锣内边;右手拇指、食指和中指夹住 锣槌,于锣右上方。击锣时,以手腕向里扣动,使锣槌击打锣心,左手中指按住锣心边沿,控制锣的闷音(见图五)。
  - 6. 执三清剑 右手握剑柄,剑尖朝下(见图六)。



图五



图六

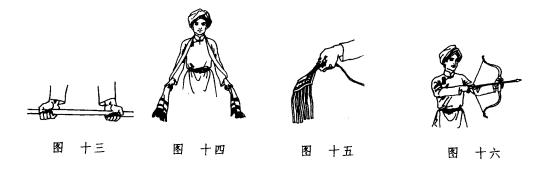
- 7. 单手执三元刀 执法同"执三清剑"。
- 8. 双手执刀 右手握法刀柄,刀横于身前,左手手心向上,用虎口夹住刀尖部(见图七)。
  - 9. 执令简(见图八)
  - 10. 执告板 执法同"执令简"。
  - 11. 执铜铃 右手拇指与食指捏住铃带(见图九)。



- 12. 单执棍 满把握法棍(见图十)。
- 13. 双执棍 左手在上,右手在下,两掌心抵住法棍两端,使棍直立于胸前(见图十一)。
  - 14. 单执杖 右手满把握杖中间(见图十二)。



- 15. 双执杖 两手拳眼相对,满把握杖中部(见图十三)。
- 16. 执罗帛 将罗帛挂于颈上,两手各握罗帛的两端部(见图十四)。
- 17. 执花带 拇指与食指捏住布带与带包连接处(见图十五)。
- 18. 执弓箭(见图十六)



#### 师公的动作

1. 敬师步

准备 站"正步","双执鼓"(或"执铜铃")。后半拍时,右膝屈伸一次,左腿顺势稍提。

第一拍 左脚向右前方伸出以脚尖点地,屈右膝,身前俯,同时于右胸 前按谱击鼓(铃)(见图十七)。

第二拍 右膝屈伸一次,带动上身颤动一次。

第三拍 左脚收至左旁以脚尖点地,上身前俯稍右倾,同时于左胸前击 鼓(铃)。



图 十七

第四拍 右膝屈伸一次,带动上身颤动一次。

2. 小跑步

准备 执马锣,站"正步"。

第一~四拍 左脚起步,向左转身,碎步小跑,逆时针方向绕圈身左拧稍后仰,头右拧,微仰,眼视右下方。

第五~八拍 右转身后顺时针方向再碎步小跑,身右拧稍后仰,眼视左下方。

提示:每一步,膝部都随之屈伸,同时带动上身颤抖。

3. 小三步

准备 左"虚丁步",双手自然平抬。

第一拍 左脚向左踏一小步,同时身稍左转。

第二拍 右脚上至左前,左脚随之稍离地,同时身转向左侧。

第三拍 左脚向前上一小步,右脚随之靠向左脚,身转回向前。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

4. 自转步

准备 同"小三步"。

第一~四拍 左脚起步,一拍一步向左转一圈,头右拧,眼视右方。

第五拍 左脚后撤一步,右脚随之靠向左脚,身转向左。

第六拍 右脚向右踏一小步,身转向前。

第七拍 左脚原地踏一步,身转向右。

第八拍 右脚向右撤一小步,左脚随之靠向右脚,同时身转向前。

5. 碎抖蹲

做法"正步"站立。在快速的鼓点中以膝部的碎抖和双肩晃动,使上身在抖动中,呈前 1390 俯后仰的"∞"形摇晃,同时逐渐下蹲(见图十八)。至全蹲后再逐渐起直。

提示:做此动作时要突出颈部的梗直,使头部与上身同步颤抖和晃动,膝部的碎抖,始终保持重力向下。

#### 6. 晃膝步

准备 双腿"正步",微蹲,双手握剑柄于腹前,剑靠右肩,眼平视。

第一~三拍 以胯带动双膝边颤抖边由左至右绕动半圈,并经深屈至直,同时上身右倾稍左拧,眼视左前(见图十九)。





图 十八

图 十九

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

#### 7. 颤跑步

做法 左脚起,每拍一步小跑。跑时要有向上纵跳之感,落地时膝微屈伸。

8. 反颤步

准备 "正步半蹲",双手拿道具自然前抬。

第一拍 保持准备姿态。

第二拍 双膝向上猛地伸直,全身有上弹之感,同时上身稍左拧。

第三拍 屈膝半蹲,上身保持姿态。

第四拍 上身继续左拧,其它同第二拍。

第五~七拍 双膝下颤三次,上身回至准备姿态。

第八拍 同第二拍。

第九~十六拍 做第一至八拍的对称动作。

9. 摇晃步

准备 "正步",稍屈膝,略俯身。双手拿道具自然前抬。

第一 $\sim$ 八拍 双膝重力向上做一拍一次的颤动,同时屈膝渐至全蹲,同时,两肩带动上身,做" $\sim$ "形晃动,两手执道具随之做" $\sim$ "形的舞动(参见图十八)。

第九~十六拍 除双腿渐直起外,其它同第一至八拍。

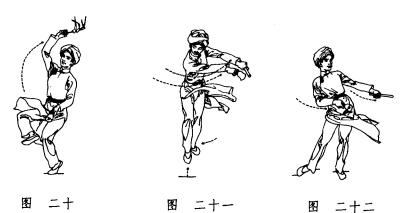
10. 小端步

准备 站"正步",右手拿"净坛枝"于腰右,左手"执铜铃"于腰左。

第一~二拍 起左脚向前走两步,膝随之下颤两次。

第三拍 左脚原地踏一步。

第四拍 左脚起踮一下,顺势做右"端腿",同时上身右拧稍仰,左手"执铜铃"于左胯前,右手拿树枝往右上方挥洒,表示净坛(见图二十)。



第五~八拍 除第八拍时,右手拿树枝往左耳旁挥洒净坛外,其它与第一至四拍动作 对称。

提示:做此动作时,左手铜铃按铜铃谱的节奏摇动。

#### 11. 跳楼步

准备 双腿"大八字步半蹲",左手"持法棍",右手"握铜铃",双臂自然下垂,稍俯身。

第一拍 左脚原地踏一步,右脚随即靠至左脚旁,双手同时摆向左。

第二拍 右脚向右撤一小步,左脚随即靠向右脚,同时双手摆向右。

第三拍 右脚起跳,至空中时左脚与右脚踝相碰(见图二十一)后落地,双手从右摆向 左再迅即摆回至右侧。

第四拍 同第三拍。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

12. 送子步

准备 站"正步",左手"单执棍",右手"执铜铃",屈肘向前平抬。

第一~四拍 左转身,起左脚,向前走四步,第四步向右转半圈,上身右拧,眼视右下方。

第五~八拍 起左脚,向前走四步,第四步左转四分之一圈,上身左拧,眼视左下方。

第九~十二拍 双腿"大八字步半蹲",双手端法器对准花楼(左前)做伸出、缩回状,同时向前送胯、收胯(表示"性交")(见图二十二)。两拍一次,重复两次。

#### 13. 碾三步

准备 站"正步",身微俯,双手自然向前平抬。 1392 第一拍 双脚跟向左碾动,同时上身稍右拧。

第二拍 左脚跟左碾,右脚跟提起虚点地,同时上身右拧。

第三拍 右腿勾脚微前抬,右膝微屈,同时俯身收腹,臀部略向后撅。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

14. 慢三步

准备 右膝微屈,做左"虚丁步",上身转向左前,眼视左前,双手平端。

第一拍 左脚向左踏一步,右脚顺势靠向左脚成右"虚丁步",上身右拧对右前。

第二拍 身随左膝屈伸颤动一次。

第三拍 右脚跟落地并屈膝,做左"虚丁步",同时上身左拧对左前。

提示:此动作可往左或往右做,往右做时先出右脚。

15. 穿衣步

准备 站"正步",双手提师公衣衣领,将衣展开于胸前。

第一~六拍 双膝一拍一次屈伸颤动,左手屈肘于胸前,右手经左上方绕至胸后,同时上身向左起小幅度做涮腰,使法衣甩至身后(见图二十三)。

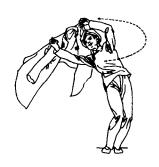


图 二十三



图 二十四

第七~九拍 双膝继续屈伸颤动,双手于脑后将衣从左至右摆甩一次。

第十~十二拍 在双膝的屈伸颤动中先穿法衣左袖,再穿右袖,最后用花带系腰,将 法衣穿好。

16. 圣目步

准备 双腿"大八字步半蹲",右手"执铜铃",左手拿圣目筛,双手前伸,眼视左前下方。

第一拍 双手收至胯前,身略前俯(见图二十四)。

第二拍 双手同时用力将圣目筛和铜铃向左前下方快速送出。

第三拍 双手收回至胯左侧,上身右拧,眼视右前下方。

第四拍 做第二拍的对称动作。

第五~六拍 双手向左经上划一小圈后收回腹前。

第七拍 双手用力向正前方快速送出。

第八拍 双手将道具快速收至身右侧。

17. 罗帛步

准备 自然站立,"执罗帛"。

第一拍 双膝下屈。

第二拍 右膝略伸起,右脚跟稍踮一下,左腿屈膝稍向前抬起,两手经腹前划至腰左侧,上身左拧微俯(见图二十五)。

第三拍 左脚落地成"正步半蹲"。

第四拍 双膝伸直,同时两脚跟向左碾动,双手经腹前划至右侧。

18. 跨摇步

准备 双腿右"跪蹲",双手举道具于头上方,眼视正前。

第一~四拍 双手每拍一颤地向下方起划"∞"形,上身随之大幅度地拧倾俯仰(见图二十六)。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

19. 乐花步

准备 甲执弓、乙抱假婴二人面相对做右"跪蹲"。

第一~四拍 身体每拍向下颤动一次,甲渐起身俯向乙做拉弓状,乙身渐仰向右后躲避,与甲两目相视(见图二十七)。

第五~八拍 甲跪乙起,二人互做对方第一至四拍时的动作。

20. 跑卦步

准备 左手"执令简"靠于右肩头,右手"执铜铃"。

第一~六拍 起左脚按"S"形路线跑六步,向左跑时上身右拧,眼随之视右下方(见图二十八),向右跑时上身左拧,眼视左下方。

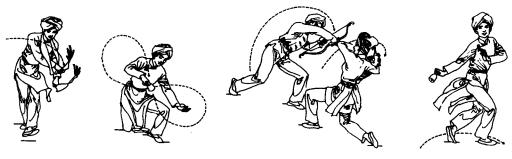


图 二十五 图 二十六

图 二十七

图 二十八

第七拍 左脚向前颤跑一步,同时身向右转四分之一圈。

第八拍 右脚后撤一步,顺势收至左脚成左"靠点步",上身随之向左拧倾。 1394 第九~十六拍 做第一至八拍动作,与第一至八拍所走路线形成一个"∞"形。

提示:颤跑中要有一种强拍向上弹动的感觉。

21. 并腿跳

做法 两腿并拢,双脚每拍向上跳一次。

#### 道公的动作

1. 三元步

准备 站右"虚丁步"微屈膝。双手执鼓,俯上身,眼视腹前。

第一~三拍 左腿每拍屈伸一次,同时右脚于左脚前、左、右各踏一次(成"品"字形)。 第四拍 收右脚成右"虚丁步"。

2. 蹲罡步

准备 双腿"正步全蹲",手执鼓或钹。

第一拍 右脚向右前蹬出,同时上身左倾并击钹(鼓)一下(见图二十九)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三~四拍 同第一至二拍。

3. 点罡步

准备 同"蹲罡步"的准备。

第一拍 双腿屈伸一下,同时右脚伸至右前以脚尖点地,上身左拧并俯身击鼓(钹)一次。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三~四拍 同第一至二拍。

4. 碾罡步

准备 双腿"正步半蹲",俯上身,双手执钹于腹前。

第一拍 双脚跟向左平碾一步,身顺势右拧,眼视左前,同时双手于腹前击钹一下(左手在上)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三~四拍 同第一至二拍。

5. 丁罡步

准备 站"正步",右手"执令简"(左手于右手上方)于腹前。

第一拍 右脚原地微贴一下,屈膝,同时左脚向左前略伸出以脚尖点地,成"丁点步",双手将令简靠于左肩头,身左拧,眼视右前。

第二拍 双膝屈伸带动上身颤动一次。

第三~四拍 双手姿态不变,其它动作与第一至二拍对称。



图 二十九

第五~八拍 双手"执令简"于第五拍移左腰旁,其余动作同第一至四拍。

6. 单罡步

准备 同"丁罡步"的准备姿态。

第一拍 左脚向前跳一步,同时右小腿后踢,双手将令简摆至胸左侧。

第二拍 右脚向前踏一步。

第三~四拍 双手将令简摆至胸右侧,脚动作同第一至二拍。

7. 纵罡步

准备 双手举道具于头上方。

第一拍 左腿屈膝向前纵跳一步为重心,顺势做右"前吸腿",双手随之向左摆。

第二拍 右脚向前踏一大步,双手将道具摆回头上方。

第三~四拍 同第一至二拍。

8. 行罡步

准备 站"正步",右手"执三清剑"。

第一~二拍 左脚起步前走两步。

第三拍 左脚后踏一步。

第四拍 左脚踮跳一下,同时右腿屈膝勾脚前抬,上身前俯左拧,双手抱剑柄划至左 胸前(见图三十)。

9. 七星步

准备 手"执令简",站"正步"。

第一~七拍 右脚起每拍一步,膝随脚步屈伸颤动,双臂屈肘稍前抬,眼视腹前,表情肃穆虔诚地按图示行进(见图三十一)。第七拍时右脚踏地。



图 三十

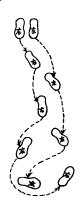


图 三十一

提示:以上所走的步位意为按北斗七星的图案走动。

第八拍 左脚靠向右脚,上身稍左倾,眼视左下方。

1396

# (五)代表性舞段

以下选取靛瑶支系中较有代表性的度戒仪式中的舞段,按科目归类进行介绍。

# 起师入宅科

## 起师招兵

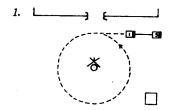
"起师招兵"为单人舞,由道公、正戒师、引教师等师父各自在家进行。舞蹈时,要先摆祭台,献上祭品,然后跪拜祖先,再拜父母。酒祭法刀后,右手挥舞法刀,左手握米,跳出屋外,将米撒出,表示天师向四方神灵招兵买马,发放兵粮马料。随后,众师敲锣打鼓,穿着各自的法衣,代表天兵神将,奔赴主家。

#### 天庭镇妖

事先在主家堂屋门前一平坝的左前方置师戒"云台"(□);坝中央摆置"天庭府"(火); 天庭府下置一盛满清水的碗(○)。堂屋门前摆置九炷香。

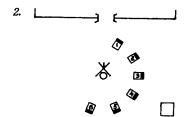
道公右手"执三清剑";二传道右手"执祖标";正戒师、童坛师和引教师均将三元旗插在颈后、右手"单手执刀";每个人左手均"拿净坛枝"。

道公(団)在前领路,二传道(園)、正戒师(園)、童坛师(国)、引教师(園)、受戒童(園)在乐队(紧随队尾)的锣鼓伴奏下,鱼贯前行,走向主家紧闭的门()〔)前场地。



锣鼓点一无限反复 全体做"丁罡步",按图示路 线进入表演场地,绕天庭府绕圈,除戒童外,其他人不 时用净坛枝在天庭府下的水碗中蘸水向左右挥洒,表 情庄重虔诚。

锣鼓点二奏两遍 动作同上,全体原位自转一圈,均成面对天庭府。



锣鼓点三 全体均上左脚做左"前弓步"俯视水碗,同时以膝部带动全身上下颤抖;除二传道和受戒童外,其他四人分别用三清剑、三元刀挥向水碗。最后全体直起身。

反复场记1至上述过程两遍。

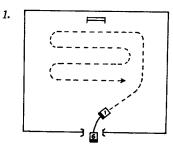
锣鼓点三无限反复 道公上前将水碗踢翻,与正戒师、童坛师、引教师一道纷纷上前用左脚踏住碗底,右手挥剑、刀刺向水碗,以示将妖孽统统镇入地狱。

### 砍山开路

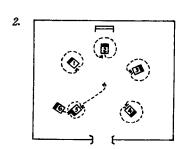
锣鼓点四无限反复 道公、正戒师、引教师依次做"点罡步"至堂屋门前,用剑、刀各砍断三炷香后原位碎步向左自转一圈,并用剑或刀尖围身划地画一个圆圈。然后道公背门用脚向后踹开屋门。此时,主家的长者(称"长老")站立门内,代表家神向众师敬酒,以示将天神请进家来。

### 买占地盘

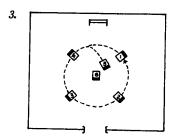
主家堂屋内,正面靠墙摆置神案(□),上述诸师及受戒童同为舞蹈者。



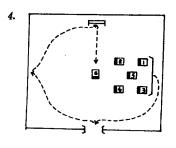
'锣鼓点二无限反复 众师左手各举一盏清油灯 (代表太阳和月亮),受戒童随后,按图示路线进入室内 做"碎跑步",至下图位置。



锣鼓点二无限反复 众师各向左自转一圈后,用 到在地面画一个井字形图案,表示每人挖了一个千层 井,若有妖孽敢来干挠,便从此"井"跌落下去。引教师 画完图案后,将受戒童牵到台中面向神案盘脚坐定。



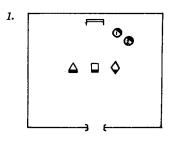
罗鼓点二无限反复 众师做"碎跑步"逆时针方向跑一圈后将清油灯放至神案,再从神案脚下拿一张纸钱揉成一团捏于左手心,再跑至下图位置。



锣鼓点三无限反复 众师面向台左成右"前弓步",挥舞剑(刀),同时左手丢下纸钱团,握拳伸拇指,表示向主人家买下东方地盘开设坛堂。然后再向台前、台右、台后和台中各重复以上动作。最后,每个师父都分别到神案前抱头静坐片刻。

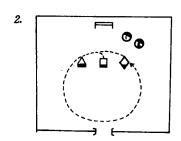
## 动鼓开经科

#### 动鼓舞

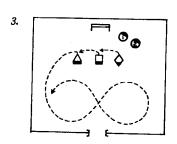


正戒师(□,执鼓)率童坛师(△,执马锣)、引教师(◇,执铜铃),及二歌女(○,右手执花带)走入场内,按图示位置站定。正戒师用鼓槌沿鼓边顺时针划一圈击鼓心一下,再划两圈击鼓心两下,接划三圈击鼓心三下。童坛师、引教师两人原地不动。

锣鼓点五奏三遍 三人面向神案俯身做"敬师步"三次。



锣鼓点六无限反复 三人同时左转做"碎跑步",逆时针方向跑三圈,接左转身顺时针方向跑三圈,回至原位面向神案站定,双手高举乐器于头顶低头击乐三次。



锣鼓点六无限反复 三人向左转后边击乐边跑"∽"字小穿花。以上"∽"形小穿花于台中跑一次后,正戒师率领向左方(东方)、前方(南方)、右方(西方)、后方(北方)各做一次,即"跑五方"。

提示:二歌女从舞蹈开始,即原位站定伴歌。

### 开鼓舞

道公右手拿经书,左手执"告板",站于神案左侧。二传道"单执鼓"面向神案站立。

锣鼓点七无限反复 道公边诵经,边在神案上击告板;二传道做"三元步"一遍,接做"蹲罡步"十二次,背向圆心向左顺时针方向转三圈,至面对神案,向神案躬腰行礼一次,同时击碎鼓;接做"点罡步"十二次,背向圆心向右逆进针方向转三圈,至面对神案,向神案击碎鼓,行礼一次;接做"点罡步"十二次,背向圆心顺时针方向转三圈,至面对神案,再行礼一次。

#### 请帅舞

正戒师走至神案前,面对神案,以两手掌心夹住刀柄,从神案上拿起法刀,刀尖向上,

#### 靠于右肩。

锣鼓点五奏一遍接[1]~[2] 做"敬师步"三次。

锣鼓点八奏三遍 "双执刀"做"晃膝步"三次。

锣鼓点九奏三遍 做"碾三步"三次。

锣鼓点六无限反复 舞者双手包刀柄于小腹前,走"小跑步",至场左方。

以下面向左、前、右、后四个方向,各反复做自锣鼓点五至锣鼓点六的动作。最后回到 面向神案。

锣鼓点八奏三遍 做"晃膝步"三次。

锣鼓点六无限反复 舞者将法刀横扛于后肩,做"碎抖蹲",蹲起三次。

## 功曹舞

"功曹"为传帖请神使者,又叫三界四值功曹,即:上界年值功曹为通天使者请天神;中界月值功曹为通宵使者请地神;下界日值功曹为通津使者请水神;阳界时值功曹为通山使者请土地福德正神。因此,跳"功曹"即使者飞书传请诸神,为单人舞。

开始前,舞男(师边徒弟)一人左手"执令简"屈肘靠于左肩前,右手"执铜铃"自然垂于右侧,面向神案站立。

锣鼓点六奏一遍 舞者举令简摇铃碎步原地向左转半圈。

锣鼓点十一[1]~[2] 做"摇晃步"第一至四拍动作不下蹲。

锣鼓点八奏一遍 做一次师公"小三步"。

锣鼓点十一奏六遍 左转身面向神案做"摇晃步"三次。

锣鼓点六奏两遍 做"小跑步"走"之"字形路线到场左方。

锣鼓点十一奏四遍 面向场左做"摇晃步"三次。

锣鼓点十二奏两遍接锣鼓点十一奏六遍,如此连续奏三次 舞者做"颤跑步"到场前,面向 1 点做"摇晃步"三次;接着到场右面向 3 点、场后面向 5 点,重复做以上动作。

提示:以上动作每跳完一个方向,场外都有人问:"请帖送到了没有?"舞者便答:"送到了!"

# 开经舞

由舞男(道边徒弟)三人表演,两人"握钹",一人"单持杖",走进场内面向神案蹲下。敲击法钹,三人起身同向神案鞠躬行礼,然后至场中成一圆圈蹲下。

锣鼓点七无限反复 三人面向圆心做"**蹲**罡步"顺时针方向移动三圈,随即快速击钹 跑到神案前成横排向神案行礼一次(此为"下元")。

接着三人在场中成面向外的圆圈队形,做"点罡步"逆时针方向移动三圈,随即又快速 1400 击钹跑到神案前成横排向神案行礼(此为"中元")。

三人又至到场中,成一圆圈面向圆心做"碾罡步"顺时针方向移动三圈,随即再快速击 钹跑到神案前成横排行礼(此为"上元")。

## 召龙运水科

"召龙运水"即拜请上、中、下三界四值功曹、土地正神、揽款仙官等赴洞庭扶桑国内迎请东方甲乙青帝青龙法师,南方丙丁赤帝赤龙法师、西方庚辛白帝白龙法师、北方壬癸黑帝黑龙法师和中央戊己黄帝黄龙法师及水源童子、洒水娘娘等赴坛洒水净坛,祈福除秽。 召龙舞

# 由正戒师一人表演。开始前,正戒师"执铜铃",走入场中,面对神案自然站立。

锣鼓点十三无限反复 舞者于原地,微颤双膝,上身随之摇晃,并摇击铜铃。然后做"摇晃步"两次接"跑卦步",跑"∞"形图案三次,双腿并拢,两脚向左、右各跳一次,做"小跑步"一次。按以上顺序再做两次。

#### 铜铃舞

由舞男三人(师边徒弟)表演。开始前,三人均"执铜铃"走入场中,面对神案成一横排,自然站立。

铜铃谱之一奏两遍 做"敬师步"三次,接做"小跑步"第一至四拍向右自转一圈。

铜铃谱之二无限反复 做"小端步"在场中走"∞"队形三次后,接做"小跑步"顺时针方向跑三圈。至神案前成一横排,向神案行礼一次。再自"小端步"起,向右、前、左、后四个方向各做一次。

# 跳楼还斗科

"花楼"是花林女神达发曼居住的地方。达发曼是一位"播花传子"的女神,相传她于开 天辟地时用树叶剪成男女人像而造出人类。因此,度戒仪式中跳花楼是父母酬谢花林女神 的一种仪式(又叫"还花愿"),表示为受戒童向花林女神求子的愿望。

瑶族认为粮食也有魂,若五方禾魂失散,则粮食收成不好,便由功曹到扶桑大庙请来神农皇帝(斗皇),赎回谷魂,求得来年五谷丰登。然后为历代家先增添粮斗,积下功德,让先辈赐福于后世。

#### 跳花楼

由正戒师一人表演,开始时右手"持铜铃",左手"持令简",面向神案半蹲,双手自然下垂,上身前倾,微低头,眼视下。

锣鼓点五无限反复 舞者在场左向 7 点、场前向 1 点、场右向 3 点、场后向 5 点和场中向 5 点各做三次"跳楼步"。

锣鼓点六无限反复 舞者于场中做"小跑步",先顺时针方向后又逆时针方向各跑三圈,走至神案前将"花楼"端至坛场中央,再从神案上拿起法刀至花楼前,左手叉腰,右手将刀尖于花楼前点地,换左手扶刀柄(刀尖不动)绕花楼逆时针方向小跑三圈,后双手捧起法刀,下蹲至花楼前将刀放下。

舞者从神案上端来一个碗放在花楼前,碗上盖一块硬纸壳,壳上放一个鸡蛋(表示孩子),插数对红绿小纸人。

锣鼓点十二奏三遍 面对纸人做三次"送子步"。舞法棍对纸人做"送子步"含性交之意,据说跳了此舞,受戒者将来便儿孙满堂。

## 赎谷魂

由正戒师一人表演。开始前,在坛堂中靠前方放一簸箕,簸箕上放一束稻谷。舞者左手"执令简",右手"执铜铃"走至神案前,向神案俯身行礼。

**锣鼓**点十一无限反复 面对神案做"蹲摇步"两次。接做"跑卦步"在场中跑小"∽"形图案三次后,至神案前,做"颤跑步"向左自转一圈,成面对神案。

铜铃谱之二奏两遍 面对神案做"摇晃步"一次。

锣鼓点十一无限反复 做"跑卦步"在场中跑小"∽"形图案三次,至场中左手"执令简"屈肘举至头上方,右手于左胯旁抖铃,向左转半圈,成面对 1 点。

铜铃谱之二奏两遍 面对簸箕做"摇晃步"一次。

锣鼓点十一无限反复 做"跑卦步"在场中跑"∽"形图案三次。至神案前面向1点,向 左并腿双脚横跳两次,再向右跳两次后,将铜铃和令简放在神案上。(以上为跳功曹请神 农)

接着,舞者至簸箕处,做"颤跑步"逆时针方向绕簸箕跑一圈后,拿起簸箕上的一穗谷子,接做"摇晃步"一次,转身面向神案,做"并腿跳"向左、右各做一次。

铜铃谱之二奏两遍 做"摇晃步"一次。

锣鼓点十一无限反复 做"跑卦步"在场中跑小"∽"形图案三次,接着至神案前向神案俯身鞠躬,将谷穗放到神案上。

#### 添粮套

由道公在旁唱经,二传道表演。开始前,于神案左侧置一米筒,简里装米和一双筷子。 粮斗置于坛堂中央,斗内装米,米上放老人头帕一条,衣服一件,并插一约 1.6m 高的竹竿,竿上砍有五个口子,在每个口子里插一个火捻,有一根线由米筒引至竹竿上。 1402 道公拿经书带二传道,"执三清剑",剑尖戳一截萝卜,上点清油灯火走上场,道公站于粮斗左后方,二传道站于粮斗右方。

锣鼓点一无限反复 道公在原地诵经,二传道做"丁罡步"顺时针方向围粮斗舞三圈, 边舞边从上到下,用剑上的清油灯火逐一引燃竹竿上的火捻。

## 请圣迎神科

#### 跳表

由正戒师表演,开始时正戒师着瑶族男式便装,走至神案前,面向神案站立。双手从神案上捧起正戒师法衣。

锣鼓点五奏一遍接[1]~[2] 舞者面对神案做"敬师步"三次。

锣鼓点六无限反复 做"碎抖蹲"蹲起三次,双手捧法衣于胸前成"∽"字形舞动。

锣鼓点九奏一遍接[1] 双手捧法衣于胸前,向左做"慢三步"三次。

锣鼓点十奏三遍 做"晃膝步"三次(法衣仍捧于胸前)。

锣鼓点六无限反复 原地站立,双膝每拍一次颤动,同时双手提衣领将法衣抖开,于 胸前舞"⇔"形花三次。

锣鼓点九奏一遍接〔1〕 双手提衣于左胸前向右做"慢三步"三次。

锣鼓点六无限反复 舞者双手提衣(左手在左前,右手于胸前),做"自转步"一次。

锣鼓点八奏三遍 做"穿衣步"将法衣穿到身上。

锣鼓点六无限反复 舞者从神案以双手抵住两端拿起"告板"端于胸前做"碎抖蹲"蹲起三次。

锣鼓点八奏两遍 双手"执告板"直立于胸前,做"小三步"三次。

锣鼓点六无限反复 左手"执告板"靠于左肩,右手心向内扶于左腹前,做"小跑步"顺时针方向跑三圈,然后双手抵告板两端做"碎抖蹲"蹲起三次。

#### 诸圣基

由正戒师表演。开始时,正戒师左手端"圣目筛",右手"执铜铃"至神案前面向神案站立。

**锣**戴点六奏两遍 舞者右手摇铃,左手举"圣目筛"于头顶左转半圈,面向 1点(坛堂门外)行鞠躬礼。

锣鼓点十奏两遍,接锣鼓点八奏两遍,再接锣鼓点十二无限反复 面向 1 点做"晃膝步"两次,接做"碾三步"两次,接做"并腿跳"向左横跳一步,又向右横跳一步,转身面向右,以半蹲的姿态做"碾三步"两次,接"摇晃步"的第九至十六拍渐起直,又做"摇晃步"的第一

至八拍新下蹲,接以半蹲姿态做"碾三步"两次,再接向前并腿双脚跳三次,退三步,又向前三步,退后三步。

锣鼓点十一无限反复 舞者举圣目筛和铜铃,做"颤跑步"至神案前,面对神案做"摇晃步"三次。

锣鼓点十四无限反复 舞者面对神案做"圣目步"三遍,速度渐快并发出"呃一嘿!"的吼声。

再向场左、前、右、后各做一遍锣鼓点十一至锣鼓点十四的动作。

## 伏羲步虚

由二传道表演。开始时,二传道双手握令简(三清简)于胸前,上端靠于左肩,至神案前面向神案虔诚站立。

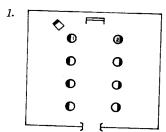
锣鼓点七无限反复 鼓师与唱师于坛堂左侧诵经,击打鼓钹,舞者在场中做"丁罡步"顺时针方向绕圈舞蹈。每段经文唱毕,舞者皆要到神坛前下跪叩头,如此循环,直至经文唱完。

# 安坛川光科

"安坛"即跳神,通过跳"罗帛"、戴像等,说明诸神驾到并赴位就坐,然后跳"花带"以示献上束束鲜花。最后"行朝",表示受戒者在引教师的引渡下赴梅山朝圣受法。

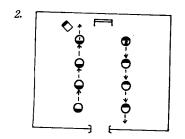
## 安坛舞

由保见师(④)、证见师(②)和师边徒弟(○)六人表演。正戒师(□)在神案右侧击鼓伴奏。开始时,保见师、证见师率众人"执罗帛"走进坛堂,在神案前成对面的两排。



《坛前锣鼓闹纷纷》唱第一段词

〔1〕~〔2〕 做"罗帛步"。



- 〔3〕~〔5〕 左转身左脚起步走五步,第六步原地踏 同时向右转二分之一圈。
- [6]~[9] 左脚起步走七步,第八步前踏的同时向 左转半圈。
- 〔10〕~〔13〕 走七步,第八步原地踏的同时向右转 半圈。

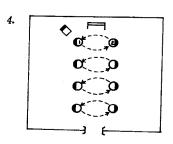
〔14〕~〔18〕 动作同〔6〕~〔9〕,只是走十步,第十步时转四分之一圈。

唱第二~三段词 唱每段词时的动作均同唱第一段词。

 〔19〕~〔21〕 两排相对向前走五步停一步。

〔22〕~〔24〕 两排又相对后退五步停一步。

〔25〕~〔30〕 同〔19〕至〔24〕。

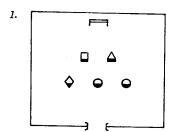


〔31〕~〔34〕 两排相互交叉。

〔35〕~〔38〕 相互向左错过又退回原位。

## 罗帛舞

由正戒师( $\Box$ )、引教师( $\Delta$ )、童坛师( $\Diamond$ )、保见师( $\Phi$ )和证见师( $\Phi$ )五人表演。开始时,五人"执罗帛"走进坛堂。按场记图位置面对神案站好。舞蹈一直在这一位置进行。



《手拎罗帛白绫绫》唱第一段词

〔1〕~〔8〕 做"罗帛步"四次。

〔9〕~〔12〕 做"碎抖蹲"蹲起一次。

唱第二段词

[1]~[12] 反复做[1]至[12]动作。

#### 戴像舞

由引教师表演。开始时,引教师"执罗帛"走进坛堂,至神案前,面对神案跪下,两手置于膝前。

锣鼓点十二奏三遍 做"摇晃步"第九至十六拍动作,由蹲新起直。接"摇晃步"一次。 锣鼓点八奏两遍 做"小三步"两次。

锣鼓点十二无限反复 做"摇晃步"第一至八拍动作,渐蹲下后,把罗帛缠绕在头上,将两带头垂于脑后。缠好后接做"摇晃步"第九至十六拍动作,起直后,从神案上拿起三元神像。

重复以上锣鼓点八至锣鼓点十二的音乐和动作,同时双手在胸前按"∽"形舞动神像,最后将神像戴在头上。

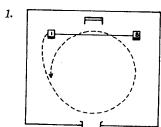
## 花带舞

由舞男(师边徒弟)八人表演。开始时,众舞者双手"执花带",走入坛堂,站成相对的两排。

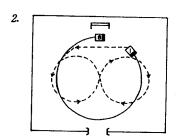
《手拎罗帛白绫绫》唱第二至第五段歌词 动作同《罗帛舞》〔1〕~〔12〕,做四遍。

#### 行朝舞

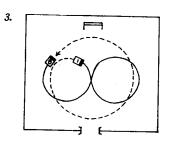
由正戒师、童坛师、引教师(三人均戴"五佛冠")率舞男(师边徒弟)五人(□一圆)表演。正戒师"执扁鼓"、童坛师"执马锣"、引教师"握钹"、第四人"执铜铃"、第五及六人"执罗帛"、第七及八人"执花带"。依此次序走进坛堂,在神案前,面向神案,站成一横排。



锣鼓点六无限反复 全体左转身做"小跑步"逆时针 方向跑圆圈。



锣鼓点十一无限反复 做"颤跑步"按图示路线跑"∽"形图案。



锣鼓点六无限反复 做"小跑步"按图示变成逆时针 方向圆圈队形。行朝结束。

# 度师乐儿科

"度师"即翻滚"云台",意为受戒者托化为鬼神童后,朝圣梅山师主学了法术,已不再是从前的凡人了,若翻滚"云台"圆满成功,便脱胎换骨得以新生。

## 送娘路上

此节目在坛堂门外的院坝中表演,院坝中心安放"天庭府",坛堂门前有两名男童手持约 1.7 米长的竹竿等候。

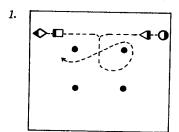
1406

锣鼓点十六无限反复 正戒师举法刀与道公举三清剑在两男童打伞簇拥下走出坛堂门,后面跟随由一男童打伞保护的引教师率着受戒童、二传道、童坛师、改扮女装身背假婴打着伞的证见师、肩扛包裹的画字师等,最后是两舞男戴面具扮的妖魔。

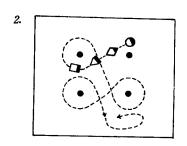
众人一出门,持竹竿的两男童即以竹竿交叉点地引路,众人做"丁罡步",围"天庭府" 逆时针方向舞三圈。随即依此次序向"云台"走去。途中扮妖魔者常向证见师挑逗,其余人 便上前驱赶。

#### 狩猎舞

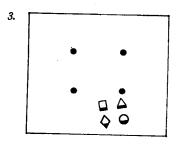
由保见师( $\square$ )与二传道( $\nabla$ )分别带师边( $\Diamond$ )、道边( $\bigcirc$ )表演。保见师执弓箭,其余人均持一长约 1 米、粗约 3 厘米的木棍(表示为猎枪)。表演场地为度戒云台的底下,舞蹈围绕云台的四根柱子( $\bigcirc$ )进行。



锣鼓点十六无限反复 保见师率舞男一人(师边徒弟)做"罗帛步"于右侧,二传道率舞男一人(道边徒弟)做"单罡步"于左侧,按图示路线从两侧入场后交叉成一行。



锣鼓点六无限反复 众按图示路线绕四根云台柱 子,弯腰穿行其间,做在森林中寻找猎物的随意表演, 并相互嘻闹。



打击乐停,众趴下,向"云台"上方举起木棍做射击状。当保见师以嘴代替枪"响"之后,众一个"后滚翻",然后嘻笑着到云台下争抢东西,但一无所获,便回到台两侧,相互嘻笑着说:"猎枪火药不够,铁砂太少"等话。于是场外人从场外拿出炒熟的黄豆(表示铁砂)和酒(意为火药)分给大家,众表演者吃一次黄豆喝一回酒后又进行第二次表演。

锣鼓点六无限反复 众舞者重复场记图 2、3 的动作与表演。

当枪响后,坐在云台上的受戒童从云台上撒下预先夹在双手指缝中的八根布条(意为鸟毛)让表演者争抢,众人又互相说:"只猎到鸟类,收获不大"等语言,再回去吃一次黄豆喝一回酒。

锣鼓点六无限反复 众舞者重复场记图 2、3 的动作与表演。枪"响"之后,受戒重又从云台上丢下铜铃、花带、令简等东西,表示猎物很大。这时鼓锣齐鸣,正戒师、道公纷纷向表演者敬酒,表示感谢。

## 乐儿舞

众人在云台周围表演。

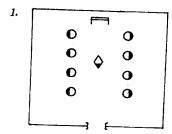
锣鼓点十一无限反复 正戒师、道公、引教师、证见师、画字师做"罗帛步",道公做"单 置步"围云台舞蹈三圈。这时,身穿烂衫、头戴假面、手持弓箭、驼背的保见师远远地跟在后面,边舞边做射箭状,同时口中发出"哦喂!哦喂!"的尖叫声。然后到云台前做师公"摇晃步"三次。最后追上证见师,或逗他背着的假婴,或用臀部去碰证见师,以祝贺受戒童的"新生"。

# 度道乐花科

"度道",即为受戒者举行剪发仪式,然后传授戒牒,跳"过神舞"请神验证;跳"乐花舞" 预祝受戒童花枝满树,儿孙满堂;跳"踩田地"以祝贺受戒者取得成人资格。

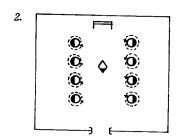
### 过神舞

由舞男八人(○,道边徒弟)和受戒童(◇)表演。开始时,四舞男双手拿弓箭,于右侧,四舞男"执花带于左侧,成面相对的两排,受戒童面对神案坐于场中。



## 《一切圣神来点见》

〔1〕~〔21〕(由一人领唱) 众做"单罡步",双手拿弓箭和花带两拍左两拍右地随之摆动,并边摆边上下起蹲三次。〔22〕~〔27〕众合唱 再摆甩道具上下起蹲一次。

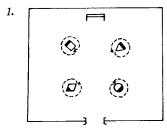


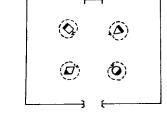
〔28〕~〔30〕众齐呼 左脚起步,一拍一步跳跃着左转身一圈。然后再重复〔22〕~〔30〕的动作。

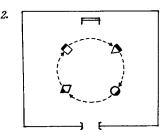
### 乐花舞

由引教师( $\square$ ,头包头帕,颈挂罗帛,"执铜铃")、保见师( $\triangle$ ,着瑶族男式便装,双手持弓箭)、证见师( $\Diamond$ ,双手抱假婴)、受戒童( $\bigcirc$ ,右手"执令简")四人表演。开始时,走入坛堂,按图示位置站定。

1408



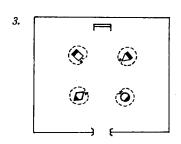




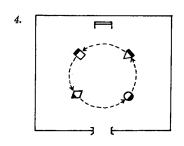
锣鼓点十六奏三遍 做"罗帛步",双手举道具于头 顶两拍左、两拍右地摆动。

锣鼓点六奏一遍接锣鼓点十六奏两遍,再依以上次 序再反复奏一次 四人举道具做"自转步"一次后原地做 "碎抖蹲"蹲起一次,再接做"罗帛步"两次。以上动作再反 复做一遍。

锣鼓点十六无限反复 四人举道具做"罗帛步"顺时 针方向舞三圈。



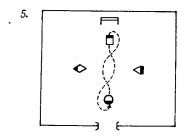
锣鼓点六奏三遍 做"自转步"一次,接做"碎抖蹲" 蹲起一次。



锣鼓点十六无限反复 双手高举道具做"罗帛步"逆 时针方向转三圈。

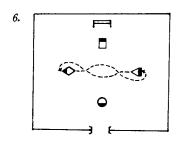
锣鼓点六奏三遍 同场记3。

锣鼓点十六无限反复 同场记2。

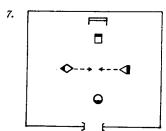


锣鼓点十四奏六遍 四人原位双手叉腰做"反颤步" 三次。

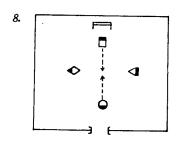
锣鼓点六无限反复 保见师和证见师相对做"七星 步"两次跑对角穿花回原位,引教师和受戒者在原位做 "小三步"。



引教师、受戒童和保见师、证见师,相互交换做上图的动作。



锣鼓点十六无限反复 保见师与证见师上前面对做 "乐花步"三次。引教师和受戒童在原位做"蹲摇步"两次。 然后四人立身,在锣鼓点六的反复声中向左自转一圈后原地做"小三步"。

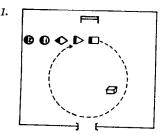


锣鼓点十六无限反复 保见师、证见师与引教师、受 戒童交换做场记图 7 动作。

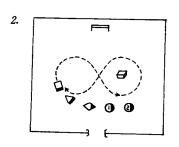
锣鼓点六无限反复 四人起直,保见师、证见师退回原位,做"自转步"一次,接做"碎抖蹲"蹲起一次。

#### 踩田地

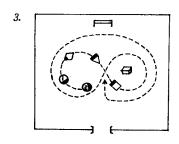
由道公(□,手拿经书)、引教师(▽,"执铜铃")、受戒童(◆,穿道公法衣,手举"祖标")、保见师(Φ,右手持弓箭)、证见师(Φ,手抱假婴)表演。先将粮斗(⇨)置于场中左侧。



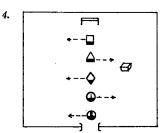
锣鼓点二无限反复 众做"小跑步"在右侧出场顺时 针方向跑三圈。



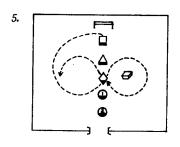
锣鼓点一无限反复 做"单罡步"走"∞"形穿花三次。



锣鼓点二无限反复 众做"小跑步"按图示路线变为顺时针方向跑圆圈跑三圈后,由道公带领成面向神案的一直排。



所有乐器齐奏击三下,众人按图示做"并腿跳"三次 成两直排,乐器快速碎击众人跑回原位,成直排,共做三 次。



锣鼓点四无限反复 众情绪欢快地做"纵罡步"按图示跑横"∞"字穿花,三次后变做"小跑步",当道公发出"呃—嘿"的吼声时,场外围观的人们便纷纷向舞者抛撒五谷以示祝贺。

# 倒罢川光科

所谓"倒罢"即"醉送诸神"后,由师父和受戒童通过剑舞和棍舞来捣毁圣殿,撤除坛堂,然后进行"安龙"仪式,为历代家先重设神位。

#### 醉神舞

此节目没有乐器伴奏,由童坛师和画字师表演。开始时,坛堂中央放一个簸箕,簸箕上放一个萝卜和一副酒杯酒壶。童坛师代表诸位神圣,画字师"执法刀"代表众位法师。表演开始,画字师以萝卜为"猪",用法刀将其砍成两节,一节为"猪头",一节为"猪身",表示为受戒童开了杀戒,从此可以杀牲。然后,画字师向童坛师频频敬酒,并说上一些喜逗的话以助兴。童坛师亦倒酒频频回敬。敬了酒后,画字师便将"猪头"系在一根棒上(表示扁担),作为"礼物"敬送诸神。于是,两人便扛着木棒围簸箕连续做矮身对翻身,同时,两人双手举起木棒移过头顶又放到肩上,如此循环。这样不断地敬酒又不断地舞蹈,直至微醉方休。

#### 倒罢舞

由正戒师和受戒童表演。开始前,正戒师领受戒童至神案前,正戒师从神案上拿起三元旗,在神案上按三下,将旗杆拆断,将旗杆丢弃。

锣鼓点十一无限反复 正戒师做"颤跑步"在场中跑"∽"形图案。

锣鼓点十四无限反复 正戒师搂着受戒童做"圣目步",并举旗挥舞。最后背向门外, 将三元旗往身后抛出屋外。

锣鼓点十一无限反复 正戒师在神案上拿起"法刀",让受戒童拿起"法杖",二人相对,做"跑卦步",跑"∞"形穿花。

锣鼓点十四无限反复 受戒童跟随正戒师做"反颤步"并用"法刀"和"法杖"将贴在坛堂上方的"下八坛"、"城皇殿"等条幅挑下。

再反复锣鼓点十一和锣鼓点十四 面对神案重复做"跑卦步"和"反颤步",又将贴在神案上的"九郎府"、"帝母院"、"三元院"、"天枢院"和"应天府"等条幅扯下。

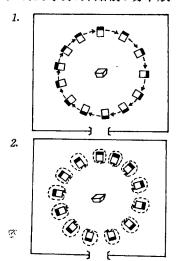
至此舞蹈结束,撤除坛堂。

# 安龙接祖科

5"安龙接祖"即安抚祖先、重设神位,以使其再受后世之香火。属道边仪式。

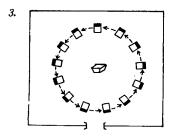
## 安龙舞

由舞男(□,道边徒弟)十三人表演。众舞者各自持扁鼓、筛锣、钹、法杖、三清简等法器和纸钱等物,开始前,场中放一粮斗,上插"祖标",称为"龙位"。众人进场围"龙位"站定。



所有乐器一拍一次齐声敲击 众人做"单罡步"顺时 针方向转三圈,同时随之舞动手中道具。

所有乐器快速碎击 众人碎步向左自转一圈后,齐向场中"龙位"做左"前弓箭步"身向前俯,并将手中道具指向"龙位",抖动数次。



所有乐器一拍一次齐声敲击 众人做"单罡步"逆时 针方向转三圈。同时随之舞动手中道具。

重复场记2音乐和动作。

重复场记1音乐和动作。

重复场记2至3音乐和动作。

再重复场记2音乐和动作后,放下道具,全舞结束。

# (六) 艺人简介

**蒋发贵** 男,瑶族,1929 年生于云南省西畴县兴街镇上车瓜村。蒋家是清代由广西迁入云南的。为道边艺人。

蒋发贵幼受道戒,通晓瑶族宗教"祭神""跳封""过法"等仪式及其舞蹈,家中珍藏有清光绪十一年乙酉岁三月初六日由广西思恩府试禄县大塘村潘利昌先生所画的三清佛主彩色画像三张。他常为人家主持"度戒"及其它宗教仪式活动。

中华人民共和国成立后,蒋发贵大胆改革,将瑶族传统的祭祀性舞蹈改编成群众性集体舞蹈,规范形成了较为固定的舞蹈曲谱及动作。1958年文山壮族苗族自治州成立,他首次将瑶族民间"出灵"仪式上的祭祀舞蹈"龙虫舞"改编成群众性的集体表演舞蹈节目,以本民族的演员到文山州府参加建州的庆祝演出,使文山州的瑶族舞蹈首次搬上了舞台。1981年,蒋发贵又将瑶族"度戒"仪式中的"受戒舞"赋予了新的内容,发展成一个瑶族风格非常浓厚的集体表演舞蹈,和"龙虫舞"一道参加了西畴县的农民文艺会演。1984年春节,又编创了一个瑶族男女青年"丢花包"的舞蹈节目,随同"龙虫舞""受戒舞"(当时称为《训童舞》)一道参加了西畴首届民族文艺会演。同年十月,"龙虫舞"和"受戒舞"又参加了文山壮族苗族自治州首次民族文艺会演并获得二等奖。

传 授 蒋发贵、蒋炳明、蒋之祥 邓光灿、李福祥、李天祥 蒋明光、蒋明高、邓开礼 温小志、温志远、陆有用 庞开元、陆天贵、陆天德 邓文亮、邓学林、陆永贵 邓绍元、邓开元、邓有福 盘朝思、邓永廷、邓永兴(以上均为瑶族)

编 写 牟洪恩

绘 图 陈 恒、许明康、牟洪恩

资料提供 车绍华、李凤仙、蒋云珠(瑶族)

饶均裕(蒙古族)、李德佩

柴 玲、伍炳培、农丰明(壮族)

农友德(壮族)

执行编辑 丁 超、林 堃

# 夫 妻 跳 盘 王

# (一) 概 述

"跳盘王"是还盘王愿时的歌舞娱神活动。据瑶族历史文献《评王券牒》和瑶族古歌《漂洋过海》的叙述,盘王不但是瑶家的始祖,而且是一个了不起的英雄,死后,仍能在瑶家遇到厄运之时"显圣解难"。为了让后世子孙永远记住盘王的恩德,传下了三年一庆、五年一乐的还盘王愿活动。

还盘王愿是瑶族普遍举行的传统祭典,一般都是规模盛大的群众性活动。1985年在 文山州富宁县举办的云南省瑶族盘王节,融各支系、各舞种为一堂,不但云南的瑶族同胞 都来参加,广西、广东、海南等省(区)也有瑶族代表赴会,而且其他民族都盛装前来庆贺。 节日活动加强了民族间的团结和友好往来,对发展民族经济和文化交流也起到了积极的 促进作用。

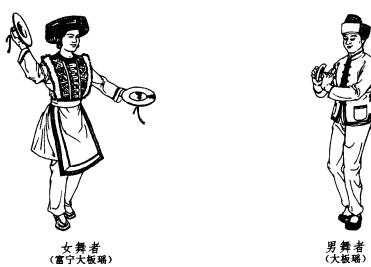
居住在富宁县的板瑶支系(自称"尤勉")盛行一种单家独户举行的还盘王愿习俗,即新婚夫妇都要在婚后选择吉日进行夫妻跳盘王活动,不然就不算是正式的盘王子孙,就得不到盘王的护佑。跳了盘王舞,夫妻就能百头到老,永不分离。即使离了婚,在人间不能成夫妻,死后到了阴间仍是正式的夫妻。离了婚的,即使再娶再嫁也不能举行跳盘王活动,他们不但得不到盘王的保佑,还会受到人们的歧视,将来死后也无所归宿。因此,夫妻跳盘王也可以说是巩固家庭和睦的一种习俗形式。

瑶族实行一夫一妻的婚姻制度,婚前恋爱自由,加以宗教信仰之故,离婚现象极少,尤其是做过夫妻还盘王愿后,一般无离婚现象。

夫妻跳盘王的动作以膝部的屈伸颤动为其特点,不用乐队伴奏,跳时由舞者按中速<sup>2</sup>/<sub>4</sub> 1414 节奏击卦、击钹,每拍一击,自击自舞。队形也很简单,主要为二人并排或相对而舞,一步一颤,十分虔诚。全舞共有七个动作,道具主要是卦和钹。舞蹈前,需在堂屋中央立一根竹杆代表"祖杖",然后进行舞蹈。习俗认为击钹方能惊动盘王,跳卦便能二人好合,从此在盘王圣帝的护佑下,夫妻恩恩爱爱,百头到老。

# (二) 造型、服饰、道具

#### 造 型



服 饰(除附图外,均参见"造型图"或"统一图")

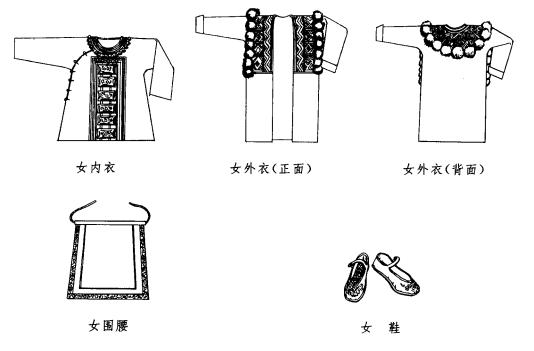
1. 男舞者 头包头帕。头帕长 3 米,自制靛染呈黑色,两端挑绣有图案花纹,包时折叠成长条,先将帕一端朝上直立贴于头右侧,然后绕头包缠,尾端则纵向与帕圈十字交叉,帕尾长入帕圈内,两端图案均显露在外。上身穿蓝靛对襟上衣,下着蓝靛中式长裤,脚穿草鞋。



2. 女舞者 头包自制黑色靛染头帕。帕长 5 米,尾端挑绣有图案花纹,包时先将头帕 折叠成约 20 厘米宽的长带,从里到外绕头层层包缠,尾端花纹包裹在最外层。上身内穿对 襟上衣(胸前镶长方形银牌的胸巾),外穿无领蓝色对襟中长上衣(两襟绣有各式图案花

1415

纹,外边沿缀有红绒球),下穿蓝色中式长裤,腰系镶有花边的艳蓝色长围腰,脚穿绣花女 襻鞋。



### 道具

- 1. 钹(参见《度戒舞》)
- 2. 卦 占卜用具。将羊角尖或角状竹根剖成两半,凸面为阳,凹面为阴。



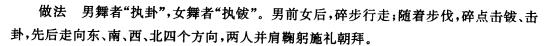
(三) 动作说明

# 道具的执法

- 1. 执卦(见图一)
- 2. 执钹 参见《度戒舞》中的"执钹"。

### 基本动作

1. 拜四方



2. 前后小跑步

准备 男"执卦",女"执钹",二人相对,自然站立。 1416





图一

第一拍 左脚向前小跳一步,右脚随之紧跟成左"靠点步",上身稍俯,双手于腹前击卦(或钹)一次。

第二拍 右脚往后小跳一步,同时左脚退至右脚旁,成右"靠点步"。

3. 击卦(钹)十字步

准备 两脚自然站立,男屈肘"执卦",女屈肘"执钹",二人相对俯身。

第一~四拍 脚走"十字步",上身姿态不变,每一拍击卦(钹)一次,第四拍右脚前提钹击闷音。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

4. 砍肉

做法 女"执钹",左手前平抬,钹心向上,右手拿钹,钹心向左,从上向下以右钹的钹 边击左钹的钹心,一拍一次,做砍肉状,男动作同女,以右卦脚每拍击一下左卦心。脚走"十 字步"。

#### 5. 挂肉

准备 同"前后跑跳步"。

第一拍 左脚向前上一步,俯身,于腹前击卦(钹)一次。

第二拍 右脚向前上一步,立身,于胸前击卦(钹)一次。

第三拍 左脚上于右脚旁成"小八字步",俯身,腹前击卦(钹)一次。

第四拍 双脚踮起,双手举卦(钹)于头顶,击卦(钹)一次,表示将肉挂在竹竿上。

第五拍 右脚向后退一步,俯身,于腹前击卦(钹)一次。

第六拍 左脚向后退一步,立身,于胸前击卦(钹)一次。

第七拍 右脚退至左脚旁成"小八字步"俯身,击卦(钹)一次。

第八拍 站"小八字步",向前弯腰,于膝下击卦(钹)一次。

6. 绕八字

做法 自然站立,双膝一拍一次屈伸颤动,同时,双手"执卦"(或"执钹")于胸前,合掌绕"∞"形花。

#### 7. 穿豆腐

做法 女"执钹",每拍一步原地踏步,同时双手举钹于头顶,每拍敲击一下,男"执 卦",身前俯,每拍一步,每步击卦一次,围绕女走一圈。然后男原地踏步击卦,女边击钹边 围男舞者走一圈。如此循环地做数遍。

# (四)跳 法 说 明

此舞属家庭夫妻"跳盘王",在堂屋内举行。跳时按基本动作顺序围"祖杖"跳完即可,每个动作跳的时间和次数自由掌握。队形多为二人相对或并排而舞。在跳"挂肉"时,若女先做第一至四拍动作时,男则先做第五至八拍的动作;接着女做第五至八拍动作时,男则做第一至四拍的动作,如此交替、反复向"祖杖"作挂肉状。其队形亦可变为沿逆时针方向二人等距离围"祖杖"绕圆圈舞蹈。舞毕,夫妻同时跪地。

传 授 李福金(瑶族)、赵才荣(瑶族)

编 写 牟洪恩

绘 图陈恒

资料提供 农丰明(壮族)、韦加利(壮族)

伍炳培

执行编辑 牟洪恩、丁 超、袁洪光

# 庆 瑶 楼

# (一) 概 述

"庆瑶楼",是云南瑶族靛瑶支系跳的一种既属祭祀又带娱乐性的舞蹈。新房落成时, 为了祈求将来生者死后其灵魂仍能常留家中,享受后人香火,便要跳庆瑶楼舞;若小孩生 下以后经常闹病,就用竹子编一个小花楼,请人来跳庆瑶楼舞,以保佑其长命百岁。

庆瑶楼活动没有固定时间,随时都可举行。舞蹈前,要先在场地中央裁上一根竹竿,上端挂上一块红布,竿前放一张小方桌。桌上一个竹筒里插上三炷香,将编好的小花楼放在桌前,插上一些纸花、纸鱼、纸蛙、纸鸡、纸鸭等。舞蹈时,众舞者便围着方桌和花楼进行舞蹈。

该舞的风格特点主要是微颤微颠,舞者多呈含胸屈膝态。四人舞,其中一人击鼓,一人敲马锣,一人摇铜铃,一人右手持令简、颈后插着"三元旗"随跟其后。由于是围着方桌、花楼进行舞蹈,所以队形都是围圆。舞者手中的鼓、锣、铃,既是舞蹈道具,又是伴奏乐器,由舞者自敲自跳。

# (二) 音 乐

# 锣鼓点一

传授 邓光明(瑶族)

数  $\begin{bmatrix} \frac{2}{4} & \underline{X} &$ 

锣鼓点二

传授 邓有祥 (瑶族) 记谱 车绍华

# (三) 造型、服饰、道具

造 型



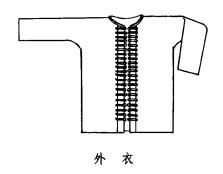
男青年

## 服 饰(除附图外,均见"统一图")

头戴黑白两色相间的八瓣平顶瓜皮帽,上身内穿普通翻领衬衣,外套自织黑色圆领对襟衣(两襟钉有十八对银扣),下穿中式长裤、圆口黑布鞋。



皮顶瓜皮帽



#### 道具

皮鼓、铜铃、马锣、三元旗、令简(均参见《度戒舞》)

(四) 动作说明

## 道具的执法

执皮鼓、执铜铃、执马锣、执令简(均参见《度戒舞》)

## 基本动作

1. 颤颠侧虚步

第一拍 上左脚。

第二拍 上右脚。

第三拍 左脚轻跺地屈膝为重心,同时右脚向右侧后方搓地伸出虚点地,身、面转向右方,眼视右侧下方。

第四拍 右脚收回至左脚旁,身、面转回向正前方。

2. 开胯靠点步

第一拍 左脚原地起步为重心,膝微屈,上身右拧,同时右腿向外开胯、屈膝微上吸。

第二拍 右脚落地成"正步"。

第三拍 做第一拍的对称动作。

第四拍 左脚落地为重心,右脚靠至左脚旁成"靠点步"。

第五拍 双膝屈伸一次。

第六~十拍 做第一至五拍的对称动作。

#### 3. 颠跑小三步

第一~十八拍 做"小三步"(同《度戒舞》"小三步"),逆时针方向跑一圈。

第十九~二十二拍 沿顺时针方向做"小三步"跑一圈。

#### 4. 颤吸腕花步

第一~二拍 做右"吸腿",同时左膝屈伸一次。

第三~四拍 右脚往右侧伸出虚点地。

第五~八拍 双手向内转动手腕使手掌转一立圆后,双臂屈肘平抬、双手相靠,掌心向下,眼视手。

#### 5. 划摆跨跳步

第一~二拍 左转身向左走两步。

第三拍 左转身成右"踏步"向前俯身,双手前伸从右平划摆至左旁。

第四拍 右脚跨过左脚。

第五拍 左脚后撤一步左转四分之一圈,右腿顺势前吸。

第六拍 右脚落地成"正步"。

第七拍 左脚向前跨跳一步成"前弓步",双手又从左划摆至右旁。

第八拍 右转四分之一圈,左腿顺势前吸。

第九拍 左脚向左侧踏一步。

第十拍 右脚靠拢左脚成"靠步"。

#### 6. 颤蹉扭胯步

第一~二拍 起左脚向前"蹉步"一次,双膝随之稍屈。

第三~四拍 并双脚向后跳两步,再屈膝。

第五~六拍 左脚屈伸一下,同时右脚提靠到左小腿旁,紧接向右侧伸出踏地,双手 屈肘抬至腹前,眼视前下方。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

第九~十拍 先向左前并脚屈膝,左拧身,眼视右前,向右前快速送膀,接着转身向右前并脚屈膝,右拧身,眼视左前,快速向左前送胯。

第十一~十二拍 做第九至十拍的对称动作。

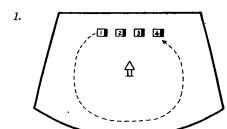
第十三~十六拍 同第九至十二拍。

# (五)场 记说明

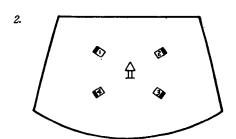
场地中央摆置小花楼(全)。舞者(国~图)四人。1号"执皮鼓";2号"执马锣";3号"执铜铃";4号"执令简",颈后衣领内插三元旗。

1422

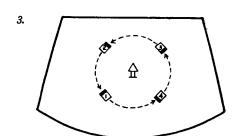
舞者边敲击手中的击乐器边舞,凡是敲击锣鼓点一时,鼓、锣、铃一齐敲响;敲击锣鼓点二时,持马锣者便双手执锣进行舞蹈。



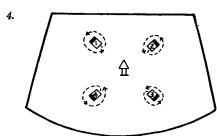
锣鼓点一无限反复 做"颤颠侧虚步"按图示路 线上场,各自走到场记 2 位置时,原地动作。



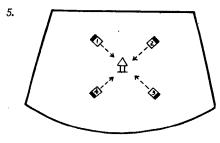
原地做"开胯靠点步"。



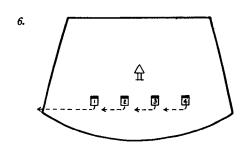
做"颤跑小三步"按逆时针方向走圈。



锣鼓点二无限反复 做"颤吸腕花步"左后转向 外跑两步又左后转向内跑两步。



原地做"划摆跨跳步"后打击乐速度加快,接做 "颤蹉扭胯步",舞者口中并发出"呃—嘿嘿!"的吼声。然后做"小跑步"跑至下图位置。 锣鼓点一 全体右转身做"颤颠侧虚步"下场。



传 授 邓有祥、李跃周、盘胜伟 盘胜辉、邓光明(以上均为瑶族)

编 写 牟洪恩、车绍华、赵畅宁

绘 图陈恒

执行编辑 牟洪恩、丁 超、袁洪光

# 跳 红 楼

# (一) 概 述

"跳红楼"俗称"打斋",是瑶族的一种祭祖活动,有一家一姓或全寨共同举办两种方式。据说为老人举办红楼大会,是给儿孙积德造福;若有的夫妇婚后多年仍无儿无女,或是生一个死一个,做了大斋便能得到祖先的恩赐而子孙满堂;若家有不顺或是遭灾遇难,跳了红楼就能得到家先的护佑而消灾祛难。若遇全寨性的瘟疫和灾祸,便由寨老(全寨之长)出面,组织一次全寨性的打斋活动,据说盘王便会保佑全寨村民过上平和安康的日子。因此,跳红楼是瑶族人民为祈求实现某种美好理想和愿望而举行的祭祖活动。

打斋一般要进行三天,如果经济困难可减为一天一夜。打斋之前要先找好师傅(必须是儿女健全者),再择好吉日,方可举行。若是家庭性的打斋活动,就在主家堂屋内进行;若是全寨性的打斋活动,则在寨老家中举行。

打斋仪式中的舞蹈由跳鼓、跳钹、跳铃、跳棍等组成。为了便于叙述,本文主要介绍红头瑶的《钹舞》、《棍舞》和《捉龟舞》。

《钹舞》是红头瑶打斋仪式中的主要舞蹈。瑶族经书中唱道:"太婆(指盘王之妻)得闻你锣响,便把铜锣去引兵","先把铙钹伸上帝,后把铜锣伸帝京"。可见敲锣击钹意为请来神兵。所以,钹舞必由鼓、锣伴奏。

《棍舞》由盘瓠崇拜演化而来,其中的舞蹈道具——法棍就是"祖杖"。据说原来的法棍上要刻上一龙头(或说为犬头),便是图腾信仰的遗俗。红头瑶的《棍舞》,其棍较长,舞姿幅度大。

《捉龟舞》是打斋活动中必跳的一个舞蹈。龟谐音为"贵",据说跳了《捉龟舞》,儿孙将

来就能求得富贵。此舞通过一探、二抓、三穿、四背、五破、六挂等层次来进行表演,是一种摸拟性的舞蹈。动作不受节奏的限制,打击乐只是为了增加舞蹈的气氛。

# (二) 音 乐

红头瑶打斋仪式中的舞蹈皆以打击乐伴奏。其主要乐器有鼓、锣、钹等。声乐只为渲染气氛,舞蹈动作不受音乐节拍的限制。

传授 李玉香(瑶族) 记谱 尹祖钧、廖继文

$$1 = {}^{b}B$$
 中速稍慢 虔诚地  $\frac{4}{4} \stackrel{\dot{i}}{3} - - - | \stackrel{\dot{i}}{3} \stackrel{\dot{i}}{7} \stackrel{\dot{i}}{7} \stackrel{\dot{i}}{1} \stackrel{\dot{5}}{5} | 5 - 5 \ 0 \ | \frac{3}{4} \stackrel{\dot{i}}{3} \stackrel{\dot{i}}{1} \stackrel{\dot{i}}{1} \stackrel{\dot{3}}{1} |$  (嗬 嗬 啊 嗨) 请神(哎)请

$$\dot{3} - \dot{3} \cdot \dot{2} \mid \frac{4}{4} \dot{2} \mid 6 \mid 5 \mid 5 \mid - \mid \frac{3}{4} \mid \frac{5}{6} \mid 6 \mid \frac{1}{6} \mid \frac{1}{3} \mid \dot{1} \dot{2} \mid \frac{2}{4} \mid \dot{2} \mid - \mid$$
动 五 更 逃, 乡村(喏) 姐妹 (哟)

$$\frac{4}{4}$$
  $\stackrel{\frown}{2}$  6  $\stackrel{\frown}{1}$  6 5  $\stackrel{\frown}{6}$  6 5  $\stackrel{\frown}{1}$  5 5 5 0  $\stackrel{\frown}{4}$  2  $\stackrel{\frown}{2}$  2 - | 睡 遥 遥 (啊) 睡。 请神 (哦)

$$\frac{2}{4}$$
  $\frac{\dot{2}}{6}$   $\frac{\dot{6}}{5}$   $\frac{\dot{5}}{4}$   $\frac{\dot{5}}{6}$   $\frac{\dot{5}}{5}$   $\frac{\dot{5}}{7}$   $\frac{\dot{2}}{6}$   $\frac{\dot{2}}{6}$   $\frac{\dot{6}}{5}$   $\frac{\dot{1}}{2}$   $\frac{\dot{2}}{6}$   $\frac{\dot{2}}{6}$   $\frac{\dot{1}}{2}$   $\frac{\dot{2}}{6}$   $\frac{\dot{2$ 

$$\frac{1}{6}$$
5 - 5.  $\frac{5}{4}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{12}{3}$   $\frac{12}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{1}{3}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{$ 

$$\frac{3}{4}$$
  $\frac{\cancel{1}}{\cancel{3}}$   $\frac{\cancel{2}}{\cancel{2}}$   $\frac{\cancel{2}}{\cancel{4}}$   $\frac{\cancel{4}}{\cancel{2}}$   $\frac{\cancel{2}}{\cancel{6}}$   $\frac{\cancel{7}\cancel{6}\cancel{5}}{\cancel{5}}$   $\frac{\cancel{3}}{\cancel{4}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{6}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{6}}$   $\frac{\cancel{4}}{\cancel{4}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{5}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{6}}$   $\frac{\cancel{4}}{\cancel{4}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{5}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{6}}$   $\frac{\cancel{4}}{\cancel{4}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{5}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{6}}$   $\frac{\cancel{6}}{\cancel{6}}$   $\frac{\cancel{4}}{\cancel{4}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{5}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{6}}$   $\frac{\cancel{6}}{\cancel{6}}$   $\frac{\cancel{4}}{\cancel{4}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{5}}$   $\frac{\cancel{5}}{\cancel{6}}$   $\frac{\cancel{6}}{\cancel{6}}$   $\frac{\cancel{6}}{\cancel$ 

$$\frac{3}{4}$$
  $\frac{\dot{2}}{1}$   $\dot{\dot{2}}$  - |  $\frac{2}{4}$   $\dot{\underline{2}}$  6  $\frac{\dot{6}}{6}$  5 |  $\frac{4}{4}$   $\frac{5}{6}$  6  $\frac{\dot{5}}{7}$   $\dot{\dot{2}}$  - |  $\dot{\underline{2}}$  6  $\frac{\dot{6}}{6}$  5 - |  $\dot{\underline{2}}$  6  $\frac{\dot{6}}{5}$  5 - |  $\dot{\underline{2}}$  6  $\frac{\dot{6}}{5}$  5 - |

$$\frac{3}{4}$$
  $\dot{1}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$  - |  $\frac{4}{4}$   $\dot{2}$   $\dot{6}$   $\dot{5}$  5 - |  $\frac{3}{4}$   $\dot{2}$   $\dot{1}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{3}$  |  $\frac{4}{4}$   $\dot{3}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{6}$   $\dot{5}$  | (呀哦 啊 哦 啊) 请圣 (哦) 请 动 五 更

$$\frac{\dot{2} \ 6}{65} \frac{\dot{6}}{5} \frac{5}{5} \frac{5}{5} \cdot | \underline{0} \ \dot{1} \dot{2} - - | \dot{2} \dot{1} \dot{6} \frac{\dot{1}}{65} \frac{5}{5} \cdot \underline{0} | \dot{2} \dot{1} \dot{2} - - |$$
受枯(啊) 晒(哟)。(嗬 哦 嗬 哦 唵 嗬 嗬

$$\frac{\dot{2}}{6}$$
 6 5 5 - |  $\frac{3}{4}$   $\frac{5^{\frac{7}{4}}}{6}$  2 - |  $\frac{2}{4}$   $\frac{\dot{2}^{\frac{7}{4}}}{6}$  6 5 · |  $\frac{4}{4}$  5 5 · 5 0 |   
请圣 动, 请圣(哦) 动当(那) 流破山。

$$\frac{3}{4} \frac{5}{7} \stackrel{\stackrel{1}{\cancel{2}}}{\stackrel{2}{\cancel{2}}} - | \frac{2}{4} \stackrel{\stackrel{1}{\cancel{2}}}{\stackrel{1}{\cancel{4}}} \stackrel{6}{\cancel{6}} \stackrel{5}{\cancel{5}} | \frac{4}{4} \stackrel{6}{\cancel{6}} \stackrel{5}{\cancel{5}} \stackrel{5}{\cancel{5}} \stackrel{5}{\cancel{5}} \stackrel{1}{\cancel{4}} \stackrel{1}{\cancel{6}} \stackrel{1}{\cancel{5}} \stackrel{1}{\cancel{6}} \stackrel{1}{\cancel{5}} |$$
  
请圣(哦) 动 当(那) 流 破 怪 (哟), (呃)列齐(那)

### 锣鼓点一

传授 李玉香 (瑶族) 记谱 车绍华

<b>声</b>		慢並	吏								
锣 鼓字 谱	$\frac{2}{4}$	冬	锵	冬	鏘		冬	锵	冬	锵	
鼓	<u>2</u>	X	0	X	0		X	0	X	0	
锣	<b>2 4</b>	0	X	0	X		0	X	0	X	
钹	2 4	X	X	X	X		X	x	X	X	

### 锣鼓点二

传授 李玉香(瑶族) 记谱 车绍华

	快速			+ <del>4+</del>
锣 鼓字 谱	<del>2</del>	大冬光 冬光冬光 冬光冬光	冬光冬光	冬光冬光 冬光冬光
鼓	$\frac{2}{4} \times	XXXX XXXX XXXX	<u> </u>	XXXX XXXX
锣	$\frac{2}{4}$ $\times \times	XX XXXX XXXX	XXXX	xxxx xxxx

## (三) 造型、服饰、道具

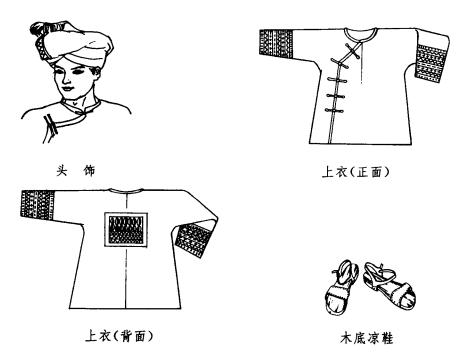
### 造型



舞者

### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

舞者头缠包折叠整齐的青色头帕。帕宽 80 厘米,长 3 米,帕的两头绣有 20 厘米长的 花纹图案,两端饰有约 10 厘米长的须穗。包缠时,在头的左前上方的帕圈内留有约 10 厘米长的帕头。上身着青色琵琶襟上衣,袖口用红丝线挑绣花边,上衣背面正中亦绣有方形 红色图案并缀有珠串花穗。下穿青色中式长裤,腰系红绸带,脚穿白色木底、布编凉鞋。



#### 道 具

- 1. 钹(参见《度戒舞》)
- 2. 法棍 圆形木棒,一头粗(直径4厘米)一头细(直径3厘米),长1米,等分为9段,用红、黑两种颜色相间涂染制成。

## (四) 动作说明

### 道具的执法

- 1. 执钹(参见《度戒舞》)
- 2. 单执棍(见图一)
- 3. 双执棍(参见《度戒舞》)
- 4. 合执棍 两人相对,各握自己棍的一端,并将棍的另一端交至对方执握。



### 钹舞的动作

1. 靠点跳钹步

准备 双手"执钹",站"正步"。

第一拍 左脚前迈一步落地屈膝,右脚顺势拖至左脚跟旁成"靠点步",同时双手在胸前击钹一次后两臂分开成左上、右下(见图二)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

2. 擦击跳钹步

准备 同"靠点跳钹步"的准备姿态。

第一拍 左脚前迈一步成"旁弓步",右腿自然弯曲,身前俯,同时双手于胸前擦击钹后两臂分开成左上、右下(见图三)。



图二



图三

第二拍 两脚原位,上身稍后仰的同时重心移至右腿,双手动作与第一拍对称。 根靠的动作

1. 顺摆跳棍步

准备 "正步"站立,右手"单执棍",左手自然下垂。

第一拍 左脚前迈一步成"旁弓步",同时左手从左胯旁向前摆,右手后摆,上身微前俯,面向右前方(姿态参见图三)。

第二拍 双膝屈伸颤动一次。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

2. 俯立绕棍步

准备 脚站"正步","双执棍"横于腹前。

第一~二拍 上身前俯的同时,双手快速绕动棍的两头,形成棍端前后交替划小立圆(见图四)。

第三~四拍 继续绕棍,上身渐直立。

3. 摆甩跳棍步

第一拍 右脚往右侧踏一步。



图四

第二拍 右脚小跳一次,同时左脚靠至右脚旁以脚尖点地,两手"双执棍"顺势向右摆动(见图五)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

#### 4. 合执翻身步

做法 甲、乙两人"合执棍",向同一方向,即甲向自身的左边、乙向自身的右边做"点翻身"一次,双棍随人体翻动而转动,每四拍做一次。此动作可连续接做,方向亦可转换。

### 捉龟舞的动作

图 五

#### 1. 圈乌龟

做法 众人围成圆圈,两臂屈肘于胸前,左手在下,右手在上,一拍击掌一次,逆时针碎步小跑,头左拧,眼视左下方。

#### 2. 探乌龟

做法 众人在圆圈上,"马步"半**蹲**,上身前俯,两手往前或左、右交替划动,如"探摸"状。

### 3. 乌龟翻肚

做法 两人一组相对对立,两手对拉,逆时针方向做"点翻身"两次。

### 4. 穿乌龟

做法 两人一组相对站立成里外两圈,并相互拉手高举,由第一组开始,分手后相互紧跟弯腰做"走步",顺圆圈从每一对举起的手臂之下穿过,回原位后两人又相互拉手高举,接着各组均依次照此进行,无限循环。

#### 5. 背乌龟

做法 甲、乙两人背靠背,手肘相互紧扣,甲先俯身把乙背起,乙又俯身把甲背起,如此交换做四次。

#### 6. 破乌龟

做法 "马步"半蹲,上身前俯,两手屈肘于胸前,五指伸开,两掌心相对并拢,向前交替划小圈做"破龟"动作。

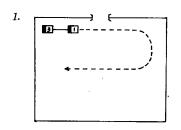
#### 7. 挂乌龟

做法 两手伸出向下伸开五指,然后握拳向上做抬举状,往右"走步"转半圈,同时两手向前方伸出,五指伸开从上往下划三次。

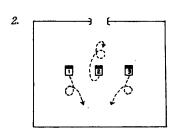
### (五)场 记 说 明

### 钹 舞

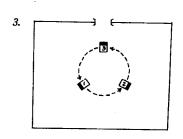
跳钹者(□~□) 男,三人。



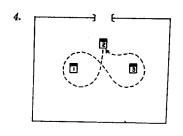
锣鼓点一 三人同做"靠点跳钹步"动作入场, 至箭头处后左转成一横排"正步"站立,两钹合于胸 前俯身三次。同时起唱《请圣》歌。



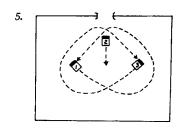
锣鼓点一无限反复(《请圣》歌于旁伴唱) 三人同做"靠点跳钹步"走成三角队形。



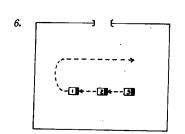
三人同做"靠点跳钹步"逆时针环动舞蹈一圈。



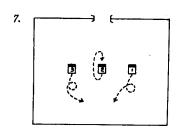
三人同做"靠点跳钹步",1 和 3 原地自转,2 按图示路线绕1、3 后至台中蹲下。



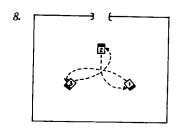
2 原地"蹲步"随节击钹,1 和 3 做"靠点跳钹步" 于 2 面前交叉穿过后按图示路线回原位,2 随即起立做"靠点跳钹步"从中插上,三人成一横排。



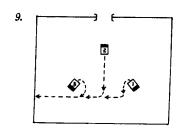
三人同做"靠点跳钹步",右后转走至台后成一排,面向台左做三次"擦击跳钹步",接着向右碾转半圈,面向台前。



做三次"擦击跳钹步"后三人各按图示路线走至 下图位置。



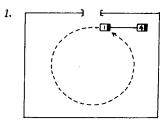
做"靠点跳钹步"按图示路线穿花绕换位置,三次后回原位。



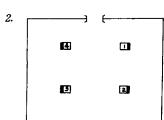
三人便步走至台前成一横排,然后合钹于胸前,俯身一次,接着向右转按 3、2、1 的排列做"靠点跳钹步"下场。

棍 舞

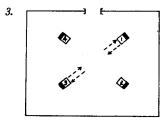
跳棍者(□~国) 男,四人。



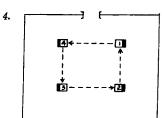
锣鼓点一无限反复 四人做"顺摆跳棍步"动作 按图示路线绕场至场记 2 位置。



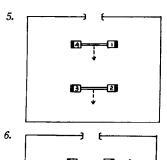
锣鼓点二无限反复 众原地做"俯立绕棍步"三次,最后一拍时全体转向台中。



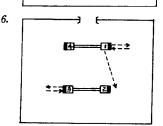
1和3做"俯立绕棍步"向前"走步"四拍,紧接退后四拍;2和4原地做"俯立绕棍步"。随即2和4做1和3的动作向前、退后,1和3原地做"俯立绕棍步"。最后成下图位置。



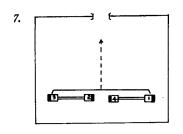
四人按图示位置做二次"摆甩跳棍步"后,接着互调换位置。照此连做四遍后回原位。



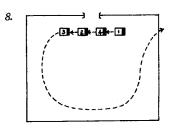
1 和 4,2 和 3 相对"合执棍"(符号间的实线表示"棍",下同),向台前做"合执翻身步"动作三次。



两组做"碎步"左、右错动两次后,1 和 4 上前与 2、3 成一排。



两组向台后同做"合执翻身步"三次后,下蹲,齐 把棍子直立在地上,3、4 号左转身面向 3 点。



锣鼓点一无限反复 四人同做"顺摆跳棍步"按 图示路线下场。

### 捉角舞

舞者八人。打击乐的伴奏只是烘托场上的表演;除表演"穿乌龟"时用锣鼓点二外,其他均用锣鼓点一。舞蹈时,八人围成圆圈,逆时针方向做"圈乌龟"跑三圈。然后依次做"探乌龟"、"乌龟翻肚"、"穿乌龟"、"背乌龟"、"破乌龟"、"挂乌龟"等动作,但每换一个动作前都要先做"圈乌龟"的动作逆时针跑三圈。做完最后一个动作后,舞蹈即告结束。

传 授 李玉香、赵贵珠、赵有旺 盘富清、赵万秀、赵金安 赵友明、邓玉福(以上均为瑶族)

编 写 牟洪恩、车绍华、黄明珠

绘 图陈恒、雷莹.

执行编辑 牟洪恩、丁 超、袁绍光

### 跳 新

#### (一) 概 述

"跳新年"是河口县自称"见低门"的瑶族过新年时跳的一种自娱性舞蹈。

每年春节初一至初六,当地瑶族村寨都要举行一个跳新年活动。一到傍晚,全寨男女 老少便自然集聚到寨中一宽敞的地方,由一老者于旁伴唱《卦堂歌》,男女青年就握纸扇在 皮鼓、马锣的伴奏下翩翩起舞。一拨人跳完,另一拨人又进场跳,舞者每次皆为一男四女, 直至尽兴为止。

据当地老人说,举行跳新年活动,是为了祈求"三元三官"给族人添福增寿,并预祝新 的一年五谷丰登。

## (二) 音 乐

卦 坛 歌

李老满 (瑶族) 尹祖钧、廖继文

1438

时(呀)。神 来 了!

来

了!

3 - - - | 3 - - - | 3 - - - | (哦)

 2 12
 2 1
 1 6 1
 6 6 1
 2 1
 2 1
 3 1
 1 6 1
 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1
 1 2 1<

【附】牛皮鼓鼓点 (用于〔9〕~〔12〕处):

- 2
   XXXX
   XXXXX
   XXXX
   XXXX
   XXXX
   XXXX

(用于〔62〕~〔63〕处):

- 4
   xxxx
   xxxxx
   xxxx
   xxxx
   xxxx
   xxxx
- \(\frac{4}{4}\) \(\frac{x\cdot x\cdot 
锣 鼓 点

传授 李老满 (瑶族) 记谱 尹祖钧

### (三) 造型、服饰、道具

#### 造型



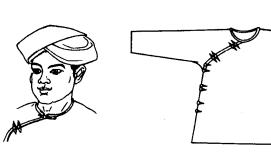
男青年



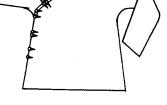
女青年

### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

- 1. 男青年 自制青色折叠头帕,长5米,帕头贴于额前,将帕由左往后至右重复包搭 缠裹,最后于右侧将帕尾往上插入帕内。上穿自织青色无领斜襟上衣,下着中式长裤,脚穿 布鞋。
- 2. 女青年 用一块长 70 厘米、宽 50 厘米,两头内镶红布边,外镶白牙花边的头帕包 头。包头时,先将无帕带的一半翻折,再将有帕带的一半翻折,使红边镶条成"人"字形盖于 头顶,再将帕带由左耳后经颈后至右耳后,再由头顶至左耳后将头帕系紧。颈套银项圈。上 衣同《度戒舞》中"歌女"的上衣,领口的银扣缀有红丝线垂于胸前。



男头饰



男上衣



女头饰

#### 道具

纸扇 竹扇骨,棕色纸扇面(见"统一图")。

## (四)动作说明

### 1. 走步摆手

准备 站"正步",双手各"握扇"下垂,扇边向上。

第一拍 左脚上一步屈膝为重心,右膝顺势靠向左膝,右脚以前脚掌点地;左臂微屈肘抬向左前手与头平,右臂屈时向后摆;上身转向右前,眼看右前下方(见图一)。

第二拍 双手原位,双腿原地屈伸一次。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

提示:此动作可后退做,手动作不变。

2. 蹲摆手

准备 上左脚顺势蹲下成右"跪蹲",双手各"握扇"屈肘提至两腿旁,扇边向上。



图一

第一拍 以双膝带动身体上下颤动两次,双手动作同"走步摆手"的第一拍。

第二拍 手做第一拍的对称动作,其他同第一拍。

3. 跳踮步摆手

第一~二拍 上左脚向前踮跳一下,右脚顺势提起至左小腿旁;手的动作同"走步摆手"的第一拍。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

提示:此动作可后退做,手动作不变。

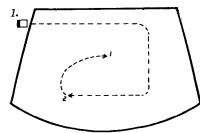
4. 小跑步

做法 每拍一步小跑步前行;双手各"握扇",保持扇边向上,随步法前高后低地摆动。

### (五)场 记 说 明

男青年(□) 一人,简称"男"。

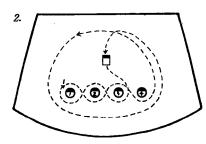
女青年(Φ~Φ) 四人,简称"女1至4号"。



### 《卦坛歌》

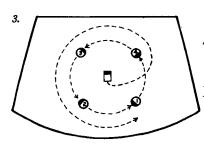
[1]~[8] 候场。

[9]~[13] 做"小跑步"由男领女1至4号按序从台右后出场,按图示路线男至箭头1处转向1点,女1号至箭头2处,四女成一排同时转向1点做"蹲摆手"的准备动作。



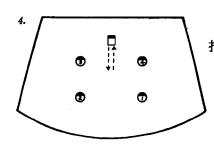
[14]~[39] 女在原位做"蹲步摆手",男做"走步摆手"按图示路线穿行至箭头1处。

〔40〕~〔43〕 男做"小跑步",四女依次跟随绕行(女 2、3、4 号先做"蹲步摆手",凡被绕过后,再起身随队"小跑步"前行),男带队绕场一圈后跑至台中,四女各至下图位置。

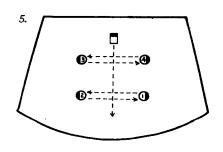


〔44〕~〔59〕的第二拍 全体做"走步摆手": 男原位做, 女逆时针方向绕一圈。

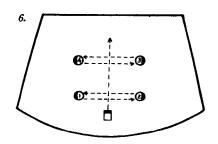
〔59〕的第三拍至〔62〕 全体"小跑步"由男领女 1 至 4 号绕场一圈,各至下图位置。



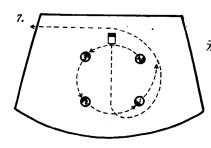
〔63〕~〔72〕 全体做"走步摆手"; 男前后移动(四 拍前进, 四拍后退), 女在原地做。



〔73〕~〔79〕 女做"跳踮步摆手"二人一组换位 7次,男"走步摆手"穿行至台前。



〔80〕~〔86〕 动作同上;女换位7次,男退回原位。



〔87〕~〔98〕 做"小跑步",由男领女1至4号按图示路线绕场后从台右后下场。

传 授 邓阿基、赵桂兰

赵桂萍、邓勇军

李 红(以上均为瑶族)

编 写 车绍华、黄明珠、牟洪恩

绘 图陈恒

执行编辑 牟洪恩、丁 超、康玉岩

## 龙 虫 舞

### (一) 概 述

"龙虫舞"是文山州西畴、麻栗坡两县瑶族(蓝靛瑶)在为亡故老人举行"出灵"仪式时, 必须进行的一种习俗舞蹈。

瑶族有一古老习俗:凡老人去世,须先行土葬,待三四年后又掘棺火葬,然后将其骨灰盛入瓦罐内收藏好,以便将来迁徙之时能随家背走。这是祖先崇拜的遗俗。土葬后半年至一年的时间内,家人要择吉日举行"出灵"仪式,请来道公师傅为死者进行超度,跳龙虫舞,目的是为了接回亡魂。现在土葬后已不再掘棺火葬,但出灵仪式和跳龙虫舞的习俗却一直延续下来。

"龙虫"即手龙,瑶语叫"弄纵",用稻草或者席草扎成(一般为两条,一条为青龙,一条为黄龙)。习俗认为,龙有"腾云驾雾"、"无所不往"之能,依靠它便能将死者飘荡不定、无所归依的灵魂寻找回来,接上神位,享受子孙后代的香火。若不为老人举行出灵仪式,则被视为不孝。

龙虫舞一般由四名男子(道公的徒弟)进行表演,也有的由两男两女表演。舞时,一人拿青龙,一人拿黄龙,另两人击镲而舞。舞蹈有下元、中元、上元三种跳法:下元舞者相向跪地全蹲,俯身击镲戏龙。中元跳法同下元,但舞者站前弓步于腹前击镲戏龙。上元则是将龙和镲举于头顶击戏。下元表示水下,中元表示地面,上元表示天上。舞蹈都从下元开始。队形有圆圈、穿"∞"字、对角穿花及相向击镲戏龙等。舞步以"单罡步"(即单吸腿跳步)为主,配以上身左右拧腰晃肩和上下颤动,情绪热烈。最后将草龙和镲高举于头顶快速摆动敲击,形成高潮。

龙虫舞的伴奏乐器有鼓、锣(大锣)、镲等,鼓、锣在旁伴奏,镲由场上舞者敲击。击鼓者 为舞蹈指挥。

### (二) 音 乐

传授 蒋发贵(瑶族) 记谱 牟洪恩

龙虫舞用岩羊皮鼓、大锣和镲等伴奏。其中镲为演员所奏,鼓、锣于旁伴奏。

### 锣鼓点一

		中	速													
锣 鼓   字 谱	$\frac{2}{4}$	顷	顷		锵	_		顷	顷		锵	-		顷	顷	1
鼓	$\frac{2}{4}$	X	X		x	-		x	X		X	-	1	X	X	
罗字 鼓 镲 锣	2 4	x	x		x	-		X	X		x	-		x	x	
锣	2/4	0	0		x	~	İ	0	0		x	-		0	0	

## 锣鼓点二

锣 鼓字 谱	$\left\{\begin{array}{c} \frac{2}{4} \end{array}\right.$	中 速 锑锑锑		<b>锑锑</b>	游 顷 顷	锵	顷り	5 锵	顷	辫 0	o
鼓	$\frac{2}{4}$	XXXX	<u> </u>	<u>x x</u>   )	( <u>x x</u>	x	<u>x x</u>	<b>x</b>	x	<u>x o</u> (	<b>)</b>
镲	2 4	XXXX	XX	<u>x x</u>   >	<u>x x</u>	x	<u>x x</u>	X	<b>x</b> ]	<u>x o</u> c	
锣	$\frac{2}{4}$	<u> </u>	XX	<u>x x</u>   x	-	×	_	x	<b>x</b>	<u>x o</u> o	,
		中海		锣	鼓点	. <u>=</u>	•				
<b>锣 鼓  </b> 字 谱	$\frac{2}{4}$	中速	顷	锣	鼓点	、 三 	鏘	顷	拼	顷	1
锣 鼓   字 谐	$\begin{cases} \frac{2}{4} \\ \frac{2}{4} \end{cases}$	销 > X	顷 X	1		, =   		顷 X	新   X	顷 X	
		锵		<b>锵</b>	顷	. <u>=</u>   	鏘		' , >		

## (三) 造型、服饰、道具

### 造型



男青年



女青年

### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

- 1. 男青年 头包青布头帕,帕长 5 米,包时折叠成长条,围头缠绕,在正面形成"人"字交叉(参见"造型图")。上穿青布男式对襟上衣,下穿中式长裤,脚穿草鞋。
- 2. 女青年 先将头发中分梳成辫,在头顶盘成髻,如自身发辫不长不多,则加以假发辫缠绕在外,由下至头顶成髻。继将银顶盘盖在髻上,用叉叉针固定,再沿盘周插上头钗,挂上银链,最后将长 2 米的白线束从头前绕至脑后交叉,然后再绕至前面,再将两端分别垂吊在左右耳后。戴银耳环。其他同《度戒舞》中证见师改扮女装时的服装。



女头饰(正面) ①银钗 ②银牌 ③银坠 ④白毛线 ⑤发辫 ⑥银项圈 ⑦银盘



女头饰(背面)

#### 道 具

- 1. 法镲(见"统一图"中的镲)
- 2. 手龙 用席草或者稻草绑扎成龙形,共两条,一条为青龙,一条为黄龙。龙长1. 5米。



手 龙

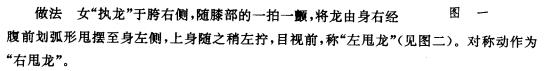
### (四)动作说明

### 道具的执法

- 1. 执龙(见图一)
- 2. 执镲 同《度戒舞》中的"执钹"。

### 基本动作

1. 甩龙



### 2. 击镲

做法 男"执镲"于右侧,双手的摆甩动作同女;将双镲甩摆至身左时顺势敲击两下, 称"左击镲"。对称动作为"右击镲"(敲击一下)。

#### 3. 跪蹲甩龙步

准备 男、女面相对,右腿跪地全蹲。

第一~二拍 女做"左甩龙",男做"左击镲"。

第三~四拍 女"右甩龙",男"右击镲"。

4. 下元戏龙步

做法 男、女面相对,女双腿右"跪蹲",男右腿虚跪,身前俯,将镲与龙头相对靠拢,贴 近地面女抖颤龙头与之相戏(见图三)。



图二



图三

### 5. 起蹲跳龙步

准备 同"跪蹲甩龙步"的准备姿态。

第一~二拍 女做"左甩龙",男做"左击镲"。

第三~四拍 女做"右甩龙",男做"右击镲",起右腿渐至半蹲。

第五~八拍 手动作同第一至四拍,渐直起身。

第九~十六拍 手动作同第一至八拍,身渐起直再经半蹲至全蹲。

6. 单罡跳龙步

准备 男"执镲",女"执龙"于各自身右侧,均"正步"站立。

第一~二拍 脚跳一次"单罡步"(同《度戒舞》),女做"左甩龙",男做"左击镲"。

第三~四拍 脚跳一次"单罡步",女做"右甩龙",男做"右击镲"。

7. 转身跳龙步

准备 男"执镲"、女"执龙"于胸前,"正步"站立。

第一~四拍 脚跳"单罡步"两次。同时男做"左击镲"、"右击镲";女做"左甩龙"、"右 甩龙"。面向前,眼平视。

第五~八拍 同第一至四拍。

第九~十二拍 上身动作不变,男、女同时每拍一步向左跳转一圈。

第十三~十六拍 同第一至四拍(男最后一拍镲击闷音)。

8. 中元戏龙步

做法 男、女面相对,右"前弓步"快速击镲、抖龙头伸向腹前彼此相戏。然后各自将 镲、龙收于胸前,随击镲节奏男女同跳四次"单罡步"。

9. 俯身游龙步

做法 二女左肩相对站立,间距数步。均"执龙"于腹前,抖颤龙头,并俯身碎步小跑 "∞"形路线,然后握龙于胸前跳两次"单罡步"。

10. 俯身跑镲步

做法 二男"执镣"于腹前,俯身快速击镲,碎步小跑"∞"形路线后,跳四次"单罡步"。

11. 上元戏龙步

做法 男、女面相对,右脚撤回右后虚点地,身前倾,分别举镲、龙于头前上方,快速击镲、抖龙相戏(见图四)。然后将龙、镲收于腹前,随击镲节奏跳四次"单罡步"。

#### 12. 纵罡跳龙步

准备 男左女右并立。男双手举镣于右上方,女右手单握龙高举于右上方。

第一~二拍 双脚做"纵罡步"(同《度戒舞》), 同时男双手将镲摆至左上方重击一下后再摆回右上



图 四

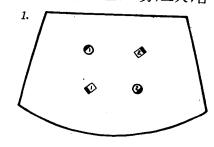
方轻击一下;女右手将龙摆至左上方(见图五)后又摆回至右上方。 第三~四拍 同第一至二拍。



图五

## (五)场 记 说 明

跳龙者(ΦΦ) 女,二人,各"执龙"。 跳镲者(□□) 男,二人,各"执镲"。



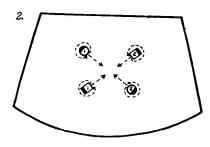
舞者按图示位置右"跪**蹲"**,女"执龙",男"执 镣"于左膝前,二镲合击一声长音。

锣鼓点一无限反复 四人同做"跪蹲跳龙步" 数遍。

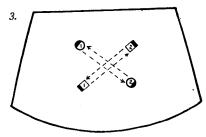
锣鼓点二 四人面向圆心做"下元戏龙步"一遍。

锣鼓点一无限反复 四人同做"起蹲跳龙步"三次。

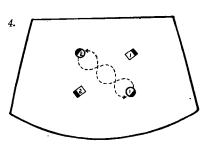
锣鼓点二 众做"下元戏龙步"一次,接做一次"单罡跳龙步"立起身。(以上称"下元戏龙")



锣鼓点一无限反复 众做数遍"转身跳龙步"。 锣鼓点二一遍 众做一次"中元戏龙步"。 (以上称"中元戏龙")



锣鼓点一无限反复 做"单罡跳龙步"。二女先 换位,二男原位做;然后二男换位,二女原位做。



锣鼓点一 全体同时做"转身跳龙步"原位左 转一圈。

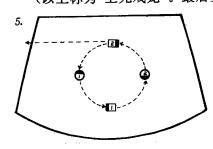
锣鼓点二奏两遍 第一遍时二女做"俯身游龙步"按图示跑绕"∞"形路线回原位;二男原位左"前弓步"俯身击镲相伴。第二遍时男做"俯身跑镲步"照二女跑法,击镲跑绕"∞"形路线,女则原位左"前

弓步"俯身抖龙相伴。

锣鼓点一无限反复 众原位做"单罡跳龙步"(速度逐渐加快,情绪渐为热烈),然后接做"转身跳龙步"一遍。

锣鼓点二 众面向圆心做"上元跳龙步"一次。

(以上称为"上元戏龙"。最后全体转向逆时针方向。)



锣鼓点三无限反复 做"纵罡跳龙步"按逆时 针方向热烈舞蹈一圈后,由男1号带领从台右后下 场。

> 传 授 蒋发贵、蒋炳明、蒋明祥 蒋明光、蒋明惠、蒋明翠 (以上均为瑶族)

编 写 牟洪恩

绘 图 雷 莹、陈 恒

执行编辑 牟洪恩、丁 超、袁洪光

## 跳 锣

#### 

"跳锣",是瑶族过山瑶跳的一种自娱性舞蹈。为祝愿新的一年里人丁平安、六畜兴旺,常以此舞来表现人们一种美好的愿望。据族中老人讲,跳锣原用于求神送鬼等祭祀活动。随着历史的不断发展,该舞就逐渐转变为娱乐性的舞蹈,甚至成了男女青年表达内心情感、物色对象的主要媒介。

此舞只限于大年初一至十五由男青年表演,女性只围观不参与舞蹈。整个活动期间,白天跳锣,晚上对歌,热闹异常。活动前先在场地中央植一高 1.80 米、宽 2 米的木制锣架,将铓锣悬挂于架上。活动开始,男青年便纷纷涌向锣前,列队等待表演。这时,围观的人们就聚于场外,那穿着盛装的姑娘们更是含情脉脉地汇在一起,要从跳锣的男青年中寻找自己的偶像。男青年们无不磨拳擦掌,跃跃欲试,决心通过自己精湛的舞姿来叩开姑娘们的心扉。

参加舞蹈者,皆头包黑帕,身穿自织靛染黑色中式对襟上衣和中式长裤,赤脚。舞蹈时,舞者双手执锣槌边敲边舞,按规定的套路每人表演一次,若中途跳错者便自行退场。舞者通过手和脚的密切配合,边敲边做出翻、转、蹲、跳等复杂多变的动作来表现自己的机敏与勇敢,形成一种展示技艺的比赛。若谁表演的舞姿不美,或中途退场时,得到的将是人们善意的哄笑声;谁若表演得舒展、洒脱、大方,技艺高超,他不但能得到人们的阵阵喝彩,到了晚上,也就成了姑娘们纷纷争寻的对歌目标。

该舞无音乐伴奏,只是由舞者边击锣边舞;一人舞毕,另一人又紧跟上来;轮番舞蹈, 直至尽兴。

### (二) 动作说明

### 1. 抬腿击锣

准备 双手各执一槌(以下简称"右槌"、"左槌"),面向铓锣自然站立。

第一拍 右槌击锣心一下。

第二拍 左槌击锣心一下。

第三拍 前半拍,右槌击锣心;后半拍,左槌由下至上于胸前与右槌相击,同时身稍向 左转右膝稍屈,左腿屈膝勾脚向左前抬起(见图一)。

第四拍 左脚落回原位,同时右槌击锣心一下。

第五~七拍 做第一至三拍的对称动作。

第八拍 右脚落回原位,同时左槌击锣边一下。

### 2. 掏腿击槌

第一拍 右槌击锣心后与左槌相击一下。

第二拍 左槌击锣心后与右槌相击一下。

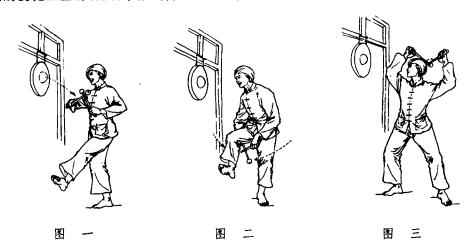
第三拍 右槌击锣心一下,随即提起右腿左转四分之一圈,上身右拧,脸向铓锣,双手下划至右大腿下两槌相击一下(见图二)。

第四拍 右脚落地成右肩对铓锣,右槌于身右侧击锣心一下,顺势右转面对铓锣。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

#### 3. 蹲吸提腿击锣

第一拍 前半拍,提左腿左转四分之一圈顺势半蹲,右槌随之击锣心一下,同时左臂 屈肘扬槌至左肩后,后半拍,右槌至脑后击左槌(见图三)。



1454

第二拍 双腿姿态不变,右槌击锣心一下。

第三拍 前半拍,右槌击锣心一次,后半拍,左腿勾腿前提 90 度,右槌至胸前与左槌相击一下。

第四拍 双腿姿态不变,右槌击锣心一下。

第五~六拍 落左脚顺势半蹲,手的动作同第一至二拍。

第七拍 右腿前提 90 度,右槌击锣心一下后速至胸后与左槌相击一下。

第八拍 双腿姿态不变,双手下划至臀后两槌相击一下(见图四)。

4. 原位击锣

第一拍 面向锣原位站立。前半拍右槌击锣心一下;后半拍,左槌击锣心一下。

第二拍 同第一拍。

第三拍 右槌击锣心一下。

第四拍 左槌击锣心一下。

第五~七拍 同第一至三拍。

第八拍 静止。

5. 翻身击锣(接上)

第一拍 上身左拧,右槌击锣心一下后速与左槌于左胸前相击。

第二拍 右槌击锣心一下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 右脚向左上一步,同时右槌击锣心一下后速与左槌于左胸前相击一下。

第六拍 边下"后腰"边左转半圈,使脸部从铓锣的下方划过,同时右槌击锣心一下后速与左槌于左胸上方相击一下(见图五)。



图四



图 五

第七拍 起上身做右"盖腿"左转四分之三圈面向铓锣成"大八字步半蹲",右槌顺势击锣心一下。

第八拍 静止。

第九~十六拍 重复第一至八拍动作。

## (三) 跳 法 说 明

选宽敞的院坝,将锣架置于场中,铓锣挂于架上;若无锣架,就用一根长绳将锣吊于两树之间。舞蹈时,众舞者列队于锣架旁,依次上场,按基本动作的顺序,每人做完一遍后将锣槌交与下一个人,再走至队尾候场。如此循环地轮番击锣舞蹈,直至尽兴。

传 授 黄安德、李福金(瑶族)

编 写 伍炳培、农丰明(壮族)

牟洪思

绘 图 刘永根

执行编辑 牟洪恩、丁 超、康玉岩

## 祭 社 舞

### (一) 概 述

"祭社"又称"祭龙",瑶语叫"哀蒿",是瑶族人民为了祈求全年风调雨顺、人畜平安而举行的一种祭祀活动,于每年农历二月初二进行。这天清晨,各家各户都要派一个成年男子或男少年集中到祭祀地点,在寨老的率领下,全体敲锣打鼓,巡山绕寨。参加的人们手舞"神剑"、"撵鬼棍"等武器,边走边喊,意为驱逐野鬼恶神。然后再回到寨老家举行祭祀仪式。仪式之前,要杀一头羊做祭品,每户还要捐出一块"刀头"(猪肉)或两个鸡蛋作为供品。仪式结束,由寨老家拿出粮食,各户再来一个当家人,同祭社者们一道进餐。

祭社仪式上的祭祀舞为单人舞,由主持仪式的师公穿黄色法衣表演,属师边类舞蹈,风格特点浓厚,颤抖性强,上身的摇晃幅度大,步法多变。以皮鼓伴奏,舞者随鼓点变换舞步,两者必须默契配合。

祭社舞主要为道具舞。其道具有"褡裢带"(即"罗帛带")、甩手包(即"花带")、令简、铜铃、法剑等。每种道具有其基本的鼓点、步法和舞蹈含义,如:跳花带意为请神;跳罗帛意为惊动上元唐相真君,派来神兵临坛护卫;手执令简并摇动铜铃,表示受神之命,调遣神兵扫寨逐鬼;跳法剑,表示神兵天将把一切野鬼恶神斩尽杀绝,从此全寨风调雨顺、六畜兴旺、人丁安康。

祭社舞的造型、服饰、道具,以及花带、罗帛、铜铃、令简等道具的执法均与《度戒舞》相同。

### (二) 音 乐

传授 蒋炳明(瑶族) 记谱 牟洪恩

### 锣鼓点一

中速稍快

### 锣鼓点二

中速稍快

### 锣鼓点三

### 锣鼓点四

中速稍快

曲谱说明: 谱中符号"⊂"为击鼓边。

### 锣鼓点五

中速稍快

### (三) 动作说明

### 1. 數身步

做法 右手拿花带,双手自然抬于两侧,随着鼓点,边颤抖边摇身晃肩地按"公"形路线小步跑动,接着自转一圈,原地边颤膝抖动边摇晃上身,逐渐下蹲,再逐渐直起,双手保持等距离,随肩部的晃动于腹前摆划"∞"形。

### 2. 摆甩步

准备 右手拿花带,双手右摆,自然站立。

第一拍 手位不变。左脚前踏一步为重心,同时上身一颤。

第二拍 手位不变。脚做第一拍的对称动作。

第三拍 左脚向前小跳一步,同时双手由右向左侧摆甩。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

#### 3. 颤跳步

准备 右手拿花带,双手叉腰,站"正步"。

做法 同《度戒舞》中的"反颤步"。

4. 罗帛步

第一~二拍 双膝并拢,踮、压脚跟一次;压脚跟的同时双手有力地将罗帛带甩至左侧,上身向左拧倾,脸向前,眼平视。

第三~四拍 做第一至二拍对称动作。

第五~六拍 起左脚原位小跳两步,同时,双手将罗帛带由右至左舞动一个"∞"形花 划向右侧。

第七拍 左脚小跳一步,同时右脚吸起,双手将罗帛带向左上挥起。

第八拍 左脚落地的同时,双手将罗帛带有力地甩至右后下方(见图一)。

5. 跳铃步

准备 右手"执铜铃",左手"执三元法刀",自然站立。

第一拍 右腿勾脚屈膝前抬,上身稍左拧,微后仰,左腿屈膝原位小跳一下,同时双手盖至左侧,脸向前,眼平视(见图二)。

第二拍 右脚前踏一步。

第三~四拍 做第一至二拍对称动作。

第五~八拍 同第一至四拍。

第九~十拍 做右"盖腿"向左落地成左"踏步",顺势俯身,双手随之摆甩至左下方。

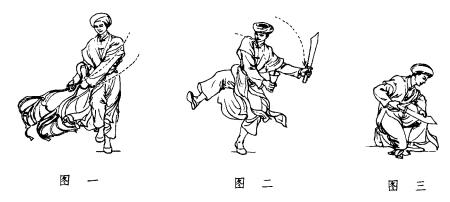
第十一~十二拍 右腿小幅度地踢"蹁腿",上身稍后仰,双手顺势向右上方挥甩。

第十三~二十四拍 做第一至十二拍的对称动作。

6. 下元斩妖步

准备 双腿右"跪蹲",双手"执三元法刀",含胸俯身,眼视前下方(见图三)。

第一~二拍 双手将刀向左下方用力刺去,眼盯左下方。



第三~四拍 将刀缩回,再向正前下方用力刺去,眼随之盯向正前下方。

第五~六拍 头部右转,眼盯视右下方,同时双手缩回至成刀尖向右,上身随之右拧。

第七~八拍 将刀向右下方用力刺一下随即缩回原位成刀尖向前,头随之转回盯视 正前下方。

7. 中元斩妖步

准备 手位同"下元斩妖步",自然站立。

第一~二拍 双膝屈伸一次,左脚向左前跨步成左"前弓步",双手将刀向左前方用力刺去再缩回原位,眼盯视左前。

第三~四拍 脚原位,上身拧向右前,双手将刀向右前方有力刺去再缩回原位。

第五拍 双腿、双手姿态不变,头左拧,双目左右扫视。

第六拍 左脚收回成"正步",双手将刀紧收于右侧。

第七~八拍 上右脚成"前弓步",双手将刀向正前方用力刺去后迅速缩回原位。

8. 上元斩妖步

准备 双腿左"前弓步",右手握刀柄(刀尖朝上)屈肘抬于身右,左手"提襟"。

第一~二拍 双膝屈伸一次,然后右手挥刀向右下方砍去。

第三~四拍 双膝屈伸一次,右手挥刀向左下方砍去。

第五~六拍 抬头扫视上方,并将法刀缩回至右侧。

第七~八拍 双腿起向上纵跳,眼视上方,右手挥刀向头上方砍去,双脚落地的同时右手收回至身右侧。

### (四)跳 法 说 明

此舞由师公一人穿黄色法衣,不断更换道具进行表演。地点多在主持祭社仪式的寨老家里。师公先击鼓唱经,然后表演,其程序及跳法如下:

锣鼓点一无限反复 师公右手拿花带,"圆场步"绕场跑几次小圈,然后立于场中央面 对神案做"颤身步"三次。

锣鼓点二无限反复 做"摆甩步"数次。

锣鼓点一 跑"圆场步"绕场一圈回至场中央。

锣鼓点三无限反复 做"颤跑步"数次。

锣鼓点一无限反复 跑"圆场步"围场绕圈或绕"∞"形路线(在其过程中将花带系于腰间,再到神案前拿取罗帛带)。然后将罗帛带套挂脖上、双手分别握住带的两头,跑"圆场步"绕场数圈回至场中央。

锣鼓点四无限反复 做"罗帛步"数次。

锣鼓点一无限反复 跑"圆场步"、"∽"形路线数遍,然后绕场数圈(在此过程中将罗 帛带包到头上,又到神案前拿取铜铃、令简)。

锣鼓点五无限反复 做"跳铃步"数次。

锣鼓点一无限反复 跑"圆场步"绕场一圈后到神案前放下铜铃和令简,换拿三元法 刀,然后继续跑一圈,回至场中央做"颤身步"三次。

锣鼓点四无限反复 做"下元斩妖步"三次,接做"中元斩妖步"数次。在跳"中元斩妖步"过程中,锣鼓点逐渐加快,当师公发出"呃──嘿"的吼声后,锣鼓更要摧速加快,师公便开始跳激烈的"上元斩妖步"。

锣鼓点一无限反复 师公跑"圆场步"绕场一圈后下场。

传 授 蒋炳明、蒋发贵 蒋明光(以上均为瑶族)

编 写 牟洪恩

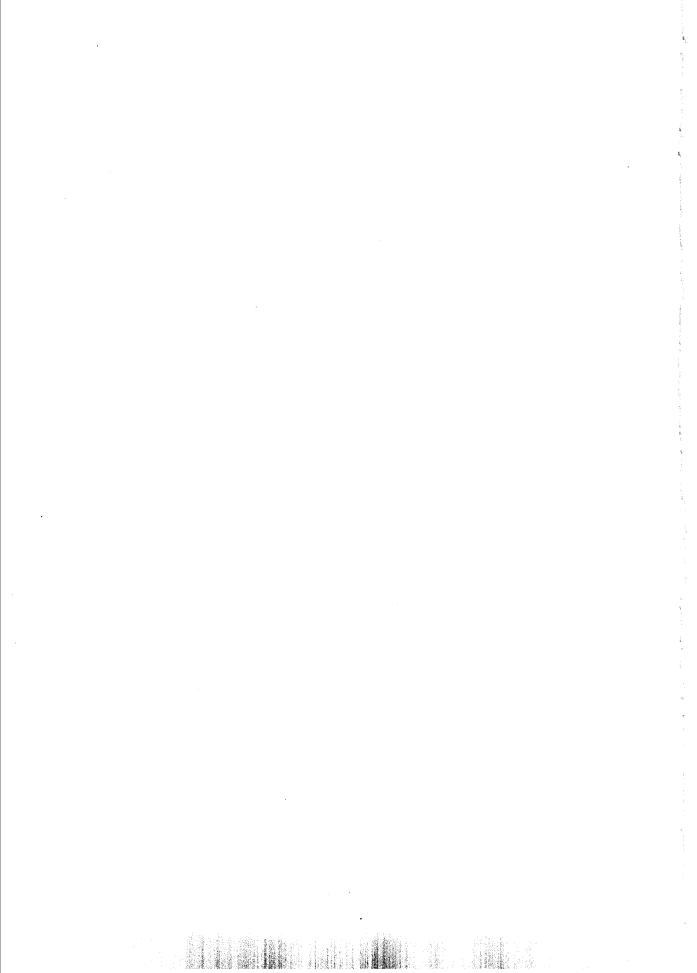
绘 图 刘永根

执行编辑 牟洪恩、丁 超

袁洪光

# 藏族舞蹈

主 编 马载斌(藏族) 副 主 编 范建国、王筱萍 责任编辑 葛树蓉



# 藏族民间舞蹈概况

云南藏族主要聚居在迪庆藏族自治州的中甸、德钦、维西等县。此外,丽江、洱源、贡山、宁蒗、大理等市县也有分布。藏族先民在汉文史籍上曾称为"吐蕃",自称"博",云南地方志书称"古宗"或"古孜"。中华人民共和国成立后统一称为藏族。藏族语属汉藏语系藏缅语族藏语支,云南藏语属康方言。通行藏文。

本世纪 50 年代在迪庆州维西县哥灯村发现的新石器文化遗址证明,远在人类"穴居野处"的时代,今天的迪庆州境内已有人类栖息。70 年代,又在迪庆州德钦县相继发现了石板墓和古墓葬群,年代相当于战国至西汉时期,据推断,应是包括藏族先民在内的滇西"昆明"族遗物。唐初,西藏、青海一带的吐蕃日益强盛,势力曾东达唐王朝的一些远州边境,南达滇西北的洱海地区,其时,一批吐蕃先后进入滇西北地区,他们就是今天迪庆州的藏族先民。

迪庆地处川、滇、藏之交界,千百年来,一直就是连接汉藏文化的通道,也是沟通边疆与内地经济和贸易的桥梁。唐初,吐蕃入滇,在迪庆地区设神州都督府。把吐蕃的文化和比较发达的高原农牧业及生产工具、生产技术传入云南藏区。在吐蕃与南诏亲密交往的数十年间(公元715年—794年),藏与白、纳西、普米、汉、彝等族在文化、经济方面加深了往来和交流。宋朝时,迪庆属善巨郡,在大力提倡"茶马互市"贸易活动的影响下,与内地经济交往更加频繁。元朝统一中国后,大部分藏区属元朝中央政权的宣政院直辖地。喇嘛教各教派竞相进入迪庆地区,并拥有相当数量的信徒。明洪武十四年(公元1381年),迪庆属丽江军民府。随着丽江木氏土司的统治,大批纳西族随之进入藏区,两族的文化交流更加密切。清康熙四年(公元1665年),蒙古和硕特部派兵进驻迪庆,以达赖喇嘛和固始汉(和硕特部首领)名义选派喇嘛驻中甸,大兴黄教,统管僧民。清雍正元年(公元1723年),清政府分别建立了中甸厅、维西厅、俱隶丽江府。康熙以后,允许通商贸易,引来大批内地商贾。云南藏区的文化,在历代与内地和边疆各民族之间经济文化交流和融合中不断发展完善。

云南藏区地处青藏高原的正南地段,著名的"长江第一湾"和"虎跳峡"便在迪庆州境内。梅里雪山的卡瓦格博峰为云南第一高峰(海拔 6700 多公尺),它被藏民奉为神山,每年秋季,川、藏、甘、青等地的藏民,长途跋涉,前来朝拜山神的络绎不绝。

云南藏族普遍信仰喇嘛教。早在吐蕃时期,佛教已随着吐蕃的入滇而传入。元代,喇嘛教红教势力发展到了云南藏区。明末清初,黄教势力进入中甸,建有归化寺(亦称松赞林寺)、东竹林寺等寺庙,其中归化寺为康藏地区十三大喇嘛寺之一,有喇嘛一千二百多人,1949年解放初期,迪庆州共有喇嘛寺二十四座,其中黄教、红教各有十二个。在贡山、丽江等县的藏区,也建有红教、黄教寺院。

新中国建立前,云南藏区仍处于土司和僧侣贵族联合专政的"政教合一"封建农奴制的统治之下。

解放前实行父母包办的阶级内婚制,一夫一妻,也有的贫民为了减轻门摊户派和差役,而仍然采取一夫多妻或一妻多夫制。青年男女在婚前享有充分的社交自由,但婚姻则需经双方父母同意。藏家婚礼,自始至终都伴随着歌舞。

云南藏族的节日主要有春节;农历正月十五的"大祈祷"(黑郎钦波)会;四月十五的释 迦牟尼成道日;五月端阳节赛马会;七月"旺果"节(意为七月转会),冬月二十九的"阶冬 节"(有九样食物烩煮聚餐的含意)。每逢佳节、藏族人民都要进行各种形式的文体活动。

云南藏族创造和积累了丰富的文化艺术遗产。在卷帙浩繁的藏经文献中,保存了大量关于史地、天文、医学等著述。著名的民间说唱体长篇英雄史诗《格萨尔王传》,广泛流传,此外还有《世界的形成》、《创世纪》、《女娲娘娘补天》等神话传说。民歌形式多样,风格豪放,构思新颖。如《婚歌》、《荼调》、《盖新房歌》等等。建筑、雕塑和绘画也独具一格。中甸归化寺堪称集云南藏族造型和绘画艺术之大成。寺中释迦牟尼和诸佛造像均为镀金铜像。高大的墙壁上绘满壁画,寺内还藏有五彩金汁精画佛像十六轴,为五世达赖赠送,已流传三百余年,至今色泽如新,乃藏画之精品。

藏族舞蹈源远流长,《后汉书·西南夷列传》载,东汉永平年间(公元 66 年),居于西南地段的白狼、槃木等百余部落,向汉王朝奉献慕化归义乐歌三章(即"白狼歌"),疑是当时民歌形式之一。从文法结构和某些基本词汇看,此歌词同今之纳西、普米、彝、藏语有不少相同之点。应可作为探考藏族早期歌舞的线索。

云南藏族文化同吐蕃一脉相承。滇西北藏区的传统乐器,如唢呐、大号、芒筒、鼗鼓、横鼓等,同古格壁画相仿佛(西藏阿里扎达古格王国遗址红庙南墙左部有一幅《迎请印僧阿底峡尊者仪仗图》,描绘一个壮观的乐奏歌舞场景,所用乐器除横鼓、小鼗鼓外,还有唢呐、长筒号、长管芒筒等),说明古代乐属同宗。据实地调查的情况看,云南藏区的"卓"、"弦子"、"热巴"、"羌姆"等传统舞蹈,其总体风格、动律、特征与甘、青、川、藏同类舞蹈相似,说明舞属同流。

云南藏区历来被誉为"歌舞的海洋",每逢佳节、喜庆、重大聚会,人们便盛装欢聚,高歌狂舞,通宵达旦。云南藏族舞蹈主要有卓、弦子、热巴(勒巴)、"尼西情舞"、羌姆及"酒歌"、"刀舞"、"棍舞"、"龙舞"等。弦子和卓是云南藏区流传较广的两种舞蹈。民间有"巴塘弦子,中甸锅庄"的说法,意思是巴塘的弦子丰富多采,中甸的锅庄最有特色。弦子和卓都是自娱性舞蹈(卓原带有祭祀性质,现已成自娱性),多为载歌载舞的圈舞形式。有数十套模拟猴子、兔子、孔雀等动物及表现劳动生产过程的舞蹈,舞蹈内容丰富。卓无乐器伴奏,以弯腰搭肩、踏跺为其动作特征,以中甸锅庄最为有名。弦子以男拉弦,女舞袖为基本特征,以德钦弦子享有盛名。尼西情舞源于卓,专为青年男女谈情说爱时跳。刀舞是边唱边舞的单人舞,留存于德钦弗山等少数村庄。龙舞是单人戴龙首面具的舞蹈,原流传于维西,现已失传。棍舞是中甸、德钦穷苦讨饭人乞讨时,执花棍唱颂主人的舞蹈,也已消失。

"跳勒巴"即热巴舞。藏名"勒巴羌",纳西、傈僳族称"勒巴蹉"、"勒巴得"。主要流传在塔城、巨甸、奔子栏、弗山等藏区及中甸、丽江部分纳西、傈僳族村寨中。热巴舞有两种不同的组织形式,一为群众娱乐性的;一为职业艺人表演性的。德钦、维西、中甸三县群众娱乐性的勒巴,各有其不同的舞段和特色,中甸较偏辟的傈僳族村寨中保存的勒巴舞较丰富完整,其中有手鼓舞、大扁鼓舞、笑花脸舞、金鸡舞、孔雀舞、白鹤舞、马鹿舞、马舞、牦牛舞等,这些拟兽舞蹈的舞者都头戴面具身缚舞具。

"热巴"也是藏族对民间歌舞、曲艺、杂技等职业表演艺人的称呼。他们四处流浪卖艺谋生,农忙时帮人做农活,有时替人揉皮子、做鞋、刻尼玛堆石等,生活是凄苦的。热巴演出队,通常是由一个家庭组成一个队,或由一家为主发起联合家族亲戚,并吸收别的技艺高超者组成,名"热巴措卡"(热巴集体)。热巴艺人技艺很高,表演时,男手执铜片铃和牦牛尾,女敲击双面蒙皮的长柄鼓。鼓槌用细长弯曲的竹杆制成。热巴表演有铃鼓舞、面具舞、鹿舞、双刀舞等,并表演弦子舞。舞蹈动作主要有"平转"、"跨腿转"、"躺身蹦子"等,女有"转身击鼓"、"弯腰击鼓"、"蹲步跳跃"等,技巧较高,难度较大。

云南藏区的热巴多由康巴地区传入,著名热巴艺人欧米加参即于 1935 年随父母由四川巴塘来到迪庆地区。新中国建立前,云南藏区有多个热巴措卡于中甸、德钦、维西、丽江、鹤庆、剑川、华坪等县流动表演。其中,德钦著名的热巴师傅阿钦曾领着七个儿子流往西藏扎木、盐井等地表演,至今未回。

中甸归化寺、承恩寺,维西东林寺,德钦东竹林寺,贡山丙中洛普化寺,宁蒗永宁喇嘛大寺,丽江文峰寺每年都有"跳神"活动。跳神藏语称"羌姆",德钦称"格堵羌",中甸称"巴羌"。"巴"是面具,"羌"是跳,因此也称"面具舞"。纳西族称跳神为"巴聪"或"拨聪","聪"是跳,"巴"、"拨"都是面具之意。

维西东林寺每年八月举行"跳神",德钦东竹林寺则于每年底举行。《云南阿敦子行政区地志资料》记载:"每年底二十九日,众僧演跳一次,名曰跳鬼。悉演魑魅魍魉,生死、善

恶、苦乐之报应"。中甸承恩寺则每年九月跳"格度"(跳鬼)。中甸归化寺是云南藏区喇嘛寺跳神场面最大的一个寺庙,每年藏历年底(十二月二十六~二十九日)格冬节时,归化寺要举行巴羌。巴羌开始前十五天,是诵经请神排练阶段,由寺里的"羌弄"(舞师)负责训练和排练,排练严格按照"羌以"(舞谱)进行。

巴羌都在寺庙大院前表演,先由全寺僧人列队迎出本寺的活佛,施礼参拜后,扮演牛角神、土地爷等法神的喇嘛们头戴面具,手执法器,相继出场,绕场一周表演一段大场面的舞蹈。然后,分段表演骷髅舞、牛神舞、鹿神舞等,每段舞蹈都有一定的宗教内容。在各段舞蹈之间还穿插丑角喇嘛的表演,以娱乐观众。最后是驱鬼,众神将酥油和糌粑做的鬼首——"朵玛"押送到寺外旷地点火焚烧,逐一年之邪,祈一年之福,保一年平安。

丽江文峰寺,属噶玛巴派喇嘛教,信奉者为纳西族,文峰寺在一年中每月都有庙会。十二月二十三日到除夕为古东会,即跳神会,为庆祝一年四季平安的活动。跳神根据该年十二月的大小固定二十七、二十八或二十八、二十九两天举行。第一天为预演,穿一般喇嘛衣服跳,第二天戴面具跳。跳神由寺院管跳神的喇嘛(仇奔)具体组织。以跳神经《抽布》为根据。领导跳神的喇嘛,要派往西藏或德格寺院学习,学习毕业后回寺指导。为了跳神,每年入冬后年轻喇嘛即禁止外出,集中学习跳神,每年十二月初十,全寺喇嘛集中学习跳神三天。

文峰寺跳神在大殿前举行,由活佛先跳,老喇嘛带领,拜东西南北中五方。

舞蹈从"大黑天神"开始跳起,一直要跳完《护法经》中的各种天神。出场角色,有依施吾崩(大黑天神)、达支(管铁匠之神)、卡纳(管龙王之神)、星给乍(狮神)等二十七个种类。 牦牛、猴子、孔雀、乌鸦等鸟兽类十三个。最后以把护法佛(东玛,用面塑)送到寺门外石头 摞成的火化处火化而告终。

跳神由寺院的乐队伴奏,主要乐器有大号(东玛)、小号(刚利)、唢呐(将利)、大鼓、铙、钹等。

正月初八为宁蒗永宁喇嘛大寺跳神的日期。永宁喇嘛大寺的信众是摩梭人。跳神时,要装扮五个五方神,服装和面具分别为青、黄、红、白、黑五色,穿青衣戴青面具者,为东方大神,红色为南方神,白色为西方神,黑色为北方神,黄色为中央神。

滇西北是一个多民族杂居地区,藏族同纳西、彝、白、傈僳、普米族交错分布,文化的相互交流由来已久。一些藏族会跳彝族舞,会唱纳西、白族调,傈僳、纳西也会唱藏曲,会跳热巴(勒巴)。纳西族东巴使用的手摇鼗鼓、板铃、法螺同藏族,东巴歌调中有藏调和喇嘛经腔的色彩。

(执笔:马载斌)

## 卓

### (一) 概 述

"卓"亦称"姑卓",是云南藏区流传较广的一种无乐器伴奏的圆圈歌舞。德钦藏语称"支羌","支"是娱乐,"羌"是跳。中甸藏语称"擦拉董"(娱乐舞)和"歌谐"(圆圈舞)。汉语统称"锅庄"。

清·徐珂《清稗类钞》中已有关于这种舞蹈的记载:"跳锅桩为蛮民生而固有之惯技,故人人皆能为之。跳时,以酒一瓶置凳上,跳者互相握手,环绕此凳,足跳口歌,章法不乱。跳须臾,即吸烟,故愈跳愈乐。或众男合跳,或众女合跳皆可,然以男女合跳尤为可观,以女歌一曲,男必和之,女所歌者乃相思之词,男所和者乃戏谑之词。众女合跳,歌声尤悠扬可听。"迄今卓仍大致如清代情状。

卓在举行时有一定的程式。如果甲村要到乙村去赛卓,双方要事先约好。由主持的一方备好酒、糖水、哈达等礼物。在比赛时,由主持者站在舞场中央,用银碗盛着美酒、糖水放在托盘中,送至歌舞者面前。比赛结束,要把哈达送给获胜队。这是跳"比赛锅庄"的规矩。

德钦卓从头至尾,要从"斯卓"(迎宾锅庄)开始,顺序跳"堆卓"(赞颂锅庄),"宗卓"(相会锅庄),"主卓"(辞别锅庄)、"尕卓"(挽留锅庄),"基卓"(送宾锅庄)。这种程式严谨的卓,是中华人民共和国建立前,逢年过节土司头人召集百姓为他们歌功颂德时跳的。

中甸卓的程式,一般可分开头、中间、结尾三个部分。开头:不论跳什么样的卓,一定要唱"主忍"(即宗卓、相会锅庄),一般是齐唱,通过齐唱整理好舞队。中间:中间部分是比较复杂的"察里底"(即问答锅庄),有传统的固定歌词,内容有歌颂爱情,赞美盛装,抒发爱情,叙述勇士传说,草原故事等,也可即兴创作。问答锅庄较著名的是"放羊调"(即羊毛锅

庄)。歌词包括放羊、剪羊毛、撕羊毛、捻羊毛、缠羊毛、绕羊毛、织"楚巴"(即男性藏袍)、穿楚巴等全过程,这全过程的劳动动作,都用舞蹈表现出来。通过问答锅庄,如双方对答如流,舞蹈也协调统一,即进入激烈的"比赛锅庄"。如果双方互感跳法不一致,歌唱不协调,即唱"告别锅庄"道别。拂晓前,舞者已较疲倦,这时改唱"丽括锅庄"。站着或坐着唱,唱腔近似说话,演唱一些俏皮、逗趣的唱词。结尾:中甸称"怎斯卓"(即告别锅庄),舞者在"我们像布谷鸟一样能歌善舞,布谷鸟展翅就要高飞。尊敬的舞伴,我们就要分离。不要认为我们就此告别,等到花好月圆时,我们又在舞场欢聚"的歌声中散离。每场卓,开头、结尾两个部分都是不可缺少的。

卓的形式、风格多种多样,因地而异。除上述种种外,尚有"技堆支"(中甸称"冲日夹")即"结婚锅庄","冲堆支"即"盖房锅庄""戛堆支"即"节日锅庄"。它们分别在结婚、建房、节日时唱跳,歌词内容与各种歌舞场合紧密相关。

卓分长、短两类,"长锅庄"藏语称"卓金"、"卓因",跳的时间长,节奏较平缓;"短锅庄"藏语称"卓通"、"卓草",时间短,节奏快。卓又有"擦尼"(传统锅庄)和"擦司"(现代锅庄)之分。擦尼程式严谨,歌词有一定的限制,多为老年人跳。擦司除沿用擦尼的歌词和舞蹈套路外,还即兴创作一些反映现实生活及爱情内容的歌词舞段,多为青年男女谈情说爱时跳,中老年多不参加。按风格分,又有"工卓"(工布龙锅庄)和"筛卓"(筛巴锅庄)两种。工卓流传于德钦北部;筛卓流传于德钦南部金沙江沿线。它的特点是摆脱了传统锅庄的弓腰低头动作,多是唱后紧接由慢到快的短锅庄。

卓的歌词内容十分丰富,老歌手们说:"天上有多少颗星,卓就有多少调;山上有多少棵树,卓就有多少词;牦牛身上有多少毛,卓就有多少舞姿。"唱时可以从天上唱到地下,从古唱到今。唱词以三句为一段,唱天必唱日、月、星;唱人必唱帝、佛、智;唱地必唱北京、拉萨、家乡。传统锅庄中,还有一套固定格式的唱词,其中要唱雪山、岩石、山峰、草坝、河流、歌舞等,每一类唱三句,共十八句,德钦藏语称"忍那作杰",汉语称"十八例"。舞蹈的变换,主要随歌词的变换而变换,可专曲专舞,也可一曲多段舞蹈,或多曲一段舞蹈。

舞蹈的基本动作有"弓腰端腿"、"左右摆步"、"单腿跺步"等,踏跺动作较多,跳时突出脚跟击地和击鞭声,男子晃动两胯,使"楚巴"左右摆动,有粗犷豪放的风格。

## (二) 音 乐

#### 中甸卓代表性歌曲

### 舞 呀 舞

传授 吉 给(藏族) 记谱 普祜中(藏族)

$$\frac{2}{4}$$
 $\frac{1}{2}$ 
 $\frac{1}{6}$ 
 $\frac{2}{3}$ 
 $\frac{1}{3}$ 
 $\frac{1}{5}$ 
 $\frac{1}{3}$ 
 $\frac{1}{2}$ 
 $\frac{1}{6}$ 
 $\frac{1}{5}$ 
 $\frac{1}{3}$ 
 $\frac{1}{5}$ 
 $\frac{1}{6}$ 
 $\frac{1}{5}$ 
 $\frac{$ 

### 黄金弯就的弓

传授 仰汪堆(藏族) 班马七林(藏族) 记谱 普祜中(藏族) 译配 瑟格·苏郎甲楚(藏族)

### 那边的金刚崖

传授 七孝先(藏族) 班玛七林(藏族) 记谱 普祜中(藏族)

1 = D 中速稍快

$$\frac{2}{4}$$
 6  $\dot{2}$   $\dot{3}$   $|\dot{a}$   $\dot{2}$   $-\dot{s}$   $|\dot{3}$   $\dot{3}$   $\dot{3}$   $\dot{1}$   $|\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{5}$   $|\dot{6}$   $|\dot{1}$   $\dot{3}$   $|\dot{3}$   $|\dot{3}$   $|\dot{1}$   $|\dot{2}$   $|\dot{3}$   $|\dot{5}$   $|\dot{6}$   $|\dot{1}$   $|\dot{3}$   $|\dot{3}$   $|\dot{3}$   $|\dot{1}$   $|\dot{2}$   $|\dot{3}$   $|\dot{5}$   $|\dot{6}$    相会相遇在一起,高兴地相聚在舞场; 高兴的舞步跳起来,幸福的舞步合起来。

### 仙女——拉姆姐姐

传授 阿当莫(藏族) 记谱 普祜中(藏族)

すじた はれん

1=G 中速稍快

### 孔雀吃水

传授 吉 给(藏族) 记谱 普祜中(藏族)

#### 1 = C 中速稍慢

$$\frac{2}{4}$$
  $\dot{3}$ 
 $\frac{\dot{5}\dot{3}\dot{2}\dot{3}\dot{5}}{\dot{5}}$ 
 $|\dot{1}$ 
 $\dot{2}$ 
 $|\dot{3}\dot{2}\dot{3}\dot{5}|$ 
 $|\dot{2}$ 
 $|\dot{3}\dot{2}\dot{3}\dot{6}|$ 
 $|\dot{1}$ 
 $|\dot{1}$ 
 $|\dot{3}$ 
 $|\dot{5}\dot{6}\dot{1}\dot{3}|$ 

 1.  $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ 
 $\dot{1}$ <

$$\frac{1}{2}$$
  $\frac{3}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{3}{2}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{5}{1}$   $\frac{6}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1$ 

- 3. 孔雀我飞翔的地方, 飞翔的地方不知道。
- 4. 孔雀我飞翔的地方, 飞翔在那无边的天空。
- 5. 孔雀我居住的地方, 居住在那檀香树上。

- 6. 孔雀我吃的是什么粮? 吃的是五谷粮。
- 7. 孔雀我喝的是什么水? 喝的是智慧甘露。

### 山兔蹦跳

传授 阿 给(藏族)记谱 普祜中(藏族)

1 = C 中速稍慢

- 2. 山兔蹦呀跳呀,朝着草坝奔来; 草坝鲜花开放,是我山兔的食物。
- 3. 山兔鷳呀跳呀,朝着草坝奔来; 草坝上圣水流淌,是我山兔的饮料。

### 色松加姆

传授 诺杰此里(藏族) 记谱 赵毅兴(纳西族)

1 = C 中速

$$\frac{2}{4}$$
  $\hat{\mathbf{i}}$  .  $\hat{\mathbf{2}}$   $|\hat{\mathbf{3}}$  .  $\hat{\mathbf{3}}$   $|\hat{\mathbf{2}}$   $|\hat{\mathbf{i}}$  6  $|\hat{\mathbf{5}}$   $|\hat{\mathbf{1}}$  2  $|\hat{\mathbf{6}}$  8  $|\hat{\mathbf{5}}$   $|\hat{\mathbf{7}}$  2  $|\hat{\mathbf{2}}$  8  $|\hat{\mathbf{5}}$  1  $|\hat{\mathbf{5}}$  8  $|\hat{\mathbf{5}}$  8  $|\hat{\mathbf{5}}$  8  $|\hat{\mathbf{5}}$  8  $|\hat{\mathbf{5}}$  9  $|\hat{\mathbf{$ 

### 其 苇

传授 诺杰此里(藏族)记谱 赵毅兴(纳西族)

- 3. 孔雀高高展翅飞三圈,展翅飞三圈。
- 6. 日日冉冉狐狸般扭步,狐狸般扭步。
- 4. 丁丁都都骏马般奔驰,骏马般奔驰。
- 7. 史史苏苏玉雕般飞翔,玉雕般飞翔。
- 5. 齐齐楚楚山兔般蹦跳,山兔般蹦跳。

## 猴子舞步

传授 吉给区初(藏族)记谱 普祜中(藏族)

$$\frac{2}{4}$$
 6  $\dot{2}$  5  $\dot{3}$   $\dot{2}$   $\dot{1}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$  6  $\dot{1}$   $\dot{1}$  3. | 6  $\dot{3}$  5 | 6  $\dot{1}$   $\dot{3}$   $\dot{1}$  |  $\dot{3}$   $\dot{1}$  |  $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{1}$  |  $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{1}$  |  $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{1}$  |  $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{1}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{1}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{1}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{1}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{3}$   $\dot{1}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot$ 

 $\frac{\widehat{35}}{\widehat{5}} \mid \widehat{\underline{6 \cdot i}} \stackrel{\widehat{\underline{i}}}{\widehat{\underline{3}i}} \mid \widehat{\underline{22}} \stackrel{\widehat{\underline{6}i}}{\underline{i}} \mid \underline{\underline{i}} \stackrel{\widehat{\underline{3}}}{\underline{i}} \mid \underline{\underline{i}} \stackrel{\widehat{\underline{i}}}{\underline{i}} \stackrel{\widehat{\underline{i}}}{\underline{i}} \stackrel{\widehat{\underline{i}}}{\underline{i}} \mid \underline{\underline{i}} \stackrel{\widehat{\underline{i}}}{\underline{i}} \stackrel{\widehat{\underline{$ 圈, 小 牛在 圈 外。 (罗 习 拉 罗  $\underline{\dot{2}} \ \underline{\dot{2}} \ \underline{\dot{6}} \ \underline{\dot{1}} \ | \ \underline{\dot{1}} \ 3. \ | \ \underline{\dot{6}} \ \underline{\dot{1}} \ | \ \underline{\dot{3}} \ \underline{\dot{1}} \ | \ \underline{\dot{2}} \ \underline{\dot{2}} \ \underline{\dot{6}} \ \underline{\dot{1}} \ | \ \underline{\dot{1}}$ 北边 阿产 坝 子 呀 拉),一 百匹 中间(腊 枣  $6 \ \underline{35} \ | \ \underline{6 \cdot i} \ \underline{3i} \ | \ \underline{22} \ \underline{6i} \ | \ \underline{i} \ 3 \cdot \ | \ ^{\underline{i}} 6 \ \underline{3 \cdot 5} \ | \ \underline{6 \cdot i} \ \underline{3i}$ 小 圈, 马在 圈外。 (罗 习 拉  $|6^{\frac{1}{6}}i|\underline{6\cdot i}\underline{3}i|\underline{2}\underline{2}\underline{6}i$  $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{6}$   $\dot{1}$   $\dot{1}$   $\dot{3}$ . 北边 阿产 坝 子 下面,一 百只  $3.5 \mid \underline{6. i} \quad \underline{3i} \mid \underline{22} \quad \underline{6i} \mid \underline{i} \quad 3.$ 6 <u>3 · 5</u> | 6 2 i 围 成 **M**, 羔 羊 在 圖 外。 6 <u>2 i</u> | <u>i 3 5</u> 6 5 习 拉 亚 雄

### 德钦卓代表性歌曲

### 来跳招福的卓

传授 斯那品初 (藏族) 记谱 俞德贵 (藏族)

1 = G 中速

 $\frac{4}{4}$   $\frac{\dot{2} \cdot \dot{2}}{4}$   $\frac{6 \cdot \dot{1}}{4}$   $\frac{\dot{2} \cdot \dot{2}}{4}$   $\frac{\dot{2} \cdot \dot{2}}{4$ 

1476.

### 相聚心欢喜

传授 斯那品初 (藏族) 记谱 俞德贵 (藏族)

### 徜徉牧场多幸福

传授 扎史吾堆(藏族) 记谱 俞德贵(藏族)

## (三) 造型、服饰

#### 造型



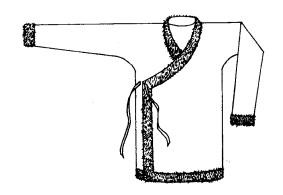
### 服饰

1. 男舞者 头戴狐皮或金边帽,身穿白色或红色绸缎或布料右襟长袖衣,下穿白色绸缎长裤,脚穿黑色或红色皮制灯芯绒或金绒长筒靴,裤腿套在靴筒内,筒口系靴带,外穿自制黑色或五彩呢料(氆氇)或呢子、绸缎长袍(楚巴),脱下两袖,将楚巴裹缠在腰间,用两袖交叉在腰前打结捆扎。





1478





长筒靴

长袍(楚巴)

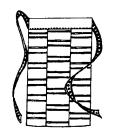
2. 女舞者 用彩色线掺入发中编成一根长辫,将辫缠于头顶,辫尾垂于左或右脑后,身穿红色或白色右襟长袖衣,外套呢子或绒、缎制作的绿色或黑色长褂,腰系氆氇(彩色横条纹围腰),外扎彩带,靴同男。



女头饰(正面)



女头饰(背面)



氆氇(围腰)

### (四)动作说明

#### 中甸卓的基本动作

男女舞者各成一队,全体围圈,面对圆心。男舞者左手搭于左侧舞者的右肩上,或互拉楚巴的袖结;女舞者左臂扶围着左侧舞者的腰后,或相互拉手,右臂均随动作前后或左右摆动。舞时上身前俯,略带负重感;双膝每拍屈伸一次,身随之上下颤动。男舞者还强调以胯的摆动来带动楚巴的左右晃动。以下着重步法介绍,如无提示均同此做法。动作记述以男舞者为主,女舞者动作的幅度相对较小。

#### 1. 顺圈走步

第一拍 左脚向左前迈一步,同时右腿屈膝开胯,右脚靠在左小腿旁,身微左倾。

第二拍 右脚向右后方撤一步,同时左脚向前稍抬起,重心随之右移,身微右倾。

第三拍 左脚靠拢右脚,成"正步",脚尖向右前,双膝伸直,身随之转向右前。

第四拍 左脚向左划弧走一步。

第五拍 右脚向左前跳一步,同时左腿屈膝,小腿后抬,自然勾脚,身略向左前倾(见图一)。

第六拍 左脚向左横跨一步为重心,右脚跟随之稍踮起。

第七拍 右脚向左前方悠出约 45 度(见图二)。

第八拍 右脚向右后方撤回落地为重心,左脚随之向前稍抬起。



图一



图二

#### 2. 压脚跟

提示:做动作时,右臂随动作左右摆动;脚正拍踏地后脚跟即踮起,都要在后半拍压脚跟一次。

第一~六拍 基本同"顺圈走步"的第一至六拍,只是在做第三拍时,左腿勾脚"跨腿" 收至右膝处(见图三)。

第七拍 右脚向左前稍悠起。

第八拍 右脚撤回落地为重心。

第九拍 左腿勾脚"跨腿"收至右膝处,右臂抱胸,拳至左肩前。

3. 半步

准备 站"小八字步"左手搭于身左侧舞者右肩上,右手搭于身右侧舞者左肩上。

第一拍 右脚稍提起从右向前至左划圆靠拢左脚屈膝落"正步",身稍左倾(见图四)。



图三



图四

第二拍 停顿。

第三拍 右脚摆向右前踏地成大"丁字步"状,开膀,屈膝(见图五)。

第四拍 停顿。

4. 弯膝

第一拍 左脚上前一步,随之右腿跪地,双臂向左甩,成右臂前伸、左臂旁抬(见图六)。



图



图 六

第二拍 起身的同时右腿向后撤一小步,右手摆至右侧。左脚向前抬起 25 度。

第三拍 左腿勾脚"胯腿"收于右膝处,右臂抱于胸前,拳至左肩前。

第四~九拍 腿同"压脚跟"第四至九拍的动作,右手顺势右、左摆动。

5. 摆脚

准备 站"小八字步",双手与两侧舞伴相互搭肩。

第一~二拍 双膝屈伸两次,重拍向下。

第三拍 右脚稍提,向前至右划一小弧,于"小八字步"位踏地,双膝随之稍屈。

第四拍 右脚顺势抬起约 45 度再摆至左前方,成脚尖对左前,微屈膝(见图七)。

第五拍 右腿屈膝勾脚向右摆到右旁,开胯成脚尖向右(见图八)。

第六拍 同第四拍。

第七~十拍 做第五至六拍的动作两次。



**N** +



图八

#### 6. 调背

第一拍 右脚向前悠出,同时右手向右侧摆出。

第二拍 右脚落地时向右转半圈,搭在舞伴肩上的左手顺势脱开,成背对圆心后,左手再搭在舞伴右肩上,同时左脚顺势向前悠出 25 度,右手摆至胸前。

第三拍 左脚向后撤一步,右脚随之悠出,右手同时摆至右侧。

第四拍 右脚收回成"小八字步",左手摆至胸前。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

7. 八步

准备 "小八字步"站立,左手搭在左侧舞伴右肩上。

第一拍 右脚原位踏地一下,右手顺势向右摆。

第二拍 右腿微屈膝、右脚向左前踢出,同时右手于腹前,手心向上(见图九)。

第三拍 右脚收回右旁,于"小八字步"位踏地一下,同时右手顺势摆向右侧。

第四拍 同第二拍。

第五~六拍 右脚原位踏地二次,右手自然顺势摆动。

第七拍 右腿屈膝,勾脚小腿向后抬起,右手摆向右侧。

第八拍 右脚落于左脚旁踏地一下,右手摆至腹前。

第九~十六拍 做第一至八拍的对称动作。

8. 三步一翻身

第一拍 右脚向左前上一步,同时左腿屈膝后抬,顺势向左转四分之一圈,身微右拧,右臂屈肘前伸,手心向上。

第二拍 左脚踏下,同时右腿屈膝向右前抬起,身随之向右转四分之一圈,右臂上抬, 左臂伸向左侧(见图十)。



图九



图十

第三拍 左脚小跳一下的同时,撩右腿向右转四分之一圈。

第四拍 右脚落地。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

#### 9. 三踢一勾掖

准备 站"小八字步",双手与左右舞伴相互搭肩。

第一拍 左脚原位踏地的同时,右脚向左前踢起,膝伸(见图十一)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 同第一拍。

第四拍 右腿屈膝蹦脚做"跨腿"状收回(男收至左膝前,女收至左小腿前)(见图十二),左膝后半拍时伸直。



图 十一



图 十二

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

#### 中甸卓的套路动作

1. 金色的坝子

准备 舞队成弧形面对圆心。

第一~八拍 做"顺圈走步"第一至八拍的动作。

提示:以下舞者成每二人一组,面相对舞,双手互拉,以下以右舞者为例,左舞者做对称动作,对脚时与右舞者动作相同。

第九拍 左脚向前踏地,右脚随之脚跟踮起。

第十~十二拍 左脚原位踮跳三下,同时右脚掌相互碰击三下(见图十三)。

第十三拍 右脚落地,左脚随之前抬,顺势右转四分之一圈(见图十四)。



图 十三



图 十四

第十四拍 右舞者右脚原位踮跳一下的同时向右转四分之一圈(成二人背相对)。

第十五拍 左脚落地的同时右脚向左前抬起。

第十六拍 右脚落地,左脚向右前抬起。

第十七拍 同第十五拍。

第十八拍 动作同第十六拍, 顺势左转四分之一圈。

第十九拍 左脚落地,同时右脚抬起与左舞者对脚。

第二十拍 左脚原地踮跳一下,右脚继续相互对脚一次。

第二十一~二十二拍 互对左脚两次。

提示:从第十三至十六拍的动作连续做下去,是一个向右翻身转一圈的动作。

2. 孔雀吃水

准备 站"小八字步",两臂上举。

第一拍 右腿屈膝向右前端起、开膀、身向前俯左倾、同时微右拧,双臂向下于腹前交 叉后旁抬至右"顺风旗"位(见图十五)。

第二~四拍 左腿膝微屈左脚向左踮跳三步。

第五拍 双脚跺地向右转半圈,同时右腿及上身姿态同第一拍的动作。

第六~八拍 左腿屈膝,左脚向左再踮跳三步。

第九拍 右脚向前上一步,同时左腿屈膝后抬,身向左拧微右倾,右手由后朝前抬起, 手心向上。

第十拍 左脚落地,右脚向前抬起,双手由后经两侧向上划弧至"顺风旗"位。

第十一~十二拍 保持姿态,左脚向左踮跳两步。

第十三拍 右脚向后撤一步落地,顺势向右转半圈,左腿屈膝后抬,左手向下屈肘于 胸前,手心向上。

第十四拍 同第十拍。

第十五~十六拍 左脚向左踮跳两步。

第十七~四十拍 落右脚成左"踏步",慢慢下蹲,开膀,身前俯,头向下,双臂平伸随 节奏起伏逐渐移向身后似老鹰展翅,用嘴去啣碗(见图十六)。



图 十五



图 十六

#### 3. 山兔蹦跳

准备 站"小八字步",身前俯稍屈膝下蹲。

第一拍 双臂屈肘上抬于身两侧与肩平,小臂直立,双手立于两耳旁,掌心向外,指微屈,似兔子耳朵。

第二~四拍 右脚向前连续蹉三步,一拍一步,手姿态不变。

第五拍 上左脚至左"踏步"位,顺势全蹲以右膝着地,上身前俯,手姿态不变(见图十七)。

第六~八拍 上身、头、双肩向左、右、左扭动三次(一拍一次),同时双手在胸前交叉, 食指、中指贴近耳朵,做抓耳状(见图十八)。



图 十七



图 十八



图 十九

#### 4. 色松加姆

准备 站"小八字步"。

第一拍 左脚带动小腿经前向左起,划一圈踏回原位,右臂向右摆。

第二拍 右腿带动小腿经旁向前起划一圈的同时左转四分之一圈,落地成"正步",右臂随向左摆。

第三拍 左脚向左旁踏一步为重心,右脚尖点地,同时双手于腹前交叉后,左臂抬向左前上方,右臂伸于右侧(见图十九)。

第四拍 右脚靠拢左脚伸膝,成"正步"。

第五~六拍 做第三至四拍的对称动作。

第七拍 左脚向左旁迈一步,双手成"双山膀"。

第八拍 抬右脚身顺势向左转半圈后,向右前伸出脚尖点地,右臂上举,左臂自然下垂。

第九拍 右脚向左踏一步同时向左转半圈,左脚跟点地,右臂上举,左臂朝下,手心向上(见图二十)。

第十拍 手脚同时收回成"正步"。



图 二十

#### 5. 其苇

准备 两臂平伸,自然站立。

第一拍 左脚向左跨一步,重心左移,右脚跟稍离地。

第二拍 右腿向前悠出 25 度。

第三拍 右脚向右后方撤一步。

提示:做第一至三拍时,双臂上下颤动。

第四拍 左腿屈膝,勾脚小腿"跨腿"收至右膝前,右臂抱胸,左臂"山膀"。

第五~六拍 先出左脚向左走两步,同时右手顺势右、左摆动。

第七拍 右脚吸起,右手同时向右至"山膀"位。

第八~十拍 左脚原位踮跳三下,双"山膀"顺势上下浮动三次,做鸟飞状。

第十一~十四拍 左"踏步全蹲",双臂后伸,身前俯,头向下,含面前的碗,似孔雀吃水。

第十五~十八拍 起身,右腿前吸,双手虚握拳做勒马式(见图二十一),左右脚交替 跳一拍一次原位小跳三次,双手同时做勒马状三次,上身稍前倾,似骑马飞奔。

第十九~二十拍 右腿前吸身随之前俯,左腿半蹲,双臂屈肘收至胸前,手心向内,左脚一拍一次小跳三次,似兔子蹦跳时轻快之感(见图二十二)。



图 二十一



图 二十二

第二十一拍 右脚落于左前,左手搭肩,右臂屈肘于腹前,手心向上。

第二十二拍 左脚向右前迈一步,同时左手甩至身前,迈步时以左 胯带动上身稍俯(见图二十三)。动作诙谐,似狐狸尾摆动。

第二十三拍 右脚向左前上一步,双手平伸。

第二十四拍 左脚向左迈一步,双臂每拍一次上下扇动,模拟鹰在 飞翔。

#### 6. 猴子对脚

准备 二人并排,右舞者的左手搭至左舞者的左肩,左舞者的左手向上拉住右舞者的左手,两人右手在前互拉,脚站"小八字步"。以下动



图 二十三

作以右舞者为例,左舞者动作与之对称。

动作一:

第一~二拍 双膝屈伸两次,身随之上下颤动。

第三拍 原位踏右脚。

第四拍 右脚在前与左舞者左脚相碰对脚一次(见图二十四)。

第五~七拍 右脚原位踏三下。

第八拍 右脚向后与左舞者对脚一次,同时抬头,互相对望(见图二十五)。



图 二十四



图 二十五

#### 动作二:

第一~八拍 同"动作一"。

第九拍 右脚向前走一步。

第十拍 左脚向前与左舞者对脚一次。

第十一~十二拍 左脚向左踏一下向前与左舞者对脚一次。

第十三~十四拍 左脚原地踏二次。

第十五拍 左脚向后与右舞者对脚一次。

第十六拍 左脚向前走一步。

第十七拍 右脚靠向左脚跺地。

第十八~二十二拍 做第十一至十五拍的对称动作。

第二十三拍 右脚落地。

动作三:

第一~八拍 同"动作一"。

第九~十六拍 同"动作二"的第九至十六拍动作。

提示:凡向后对脚时,主力腿都要向前跳一步。

#### 德钦卓的基本动作

#### 1. 单腿跺步

第一拍 右腿向前踏地一下屈膝抬起,右臂向前屈肘,左臂自然下垂,身微左倾(见图 二十六)。

第二拍 右腿向左踏地同时向左转半圈,右臂顺拐下垂,左臂屈肘上抬,身稍右倾,双膝微屈(见图二十七)。

第三拍 右脚向右跺一小步,双臂向两侧分开,身略后仰(见图二十八)。







图 二十六

图 二十七

图 ニナハ

第四拍 右脚靠拢左脚跺地成右"丁字步",双手在腹前交叉(见图二十九)。

#### 2. 跨步端腿

第一拍 右脚向前上一步,左腿屈膝,勾脚,小腿后抬,右臂随右腿甩向左前(见图三十)。

第二拍 左脚向左落地,似"大八字步",双臂向两侧分开,掌心向前上方。

第三拍 右腿屈膝向前抬起,膀略开,小腿回勾,右臂稍屈肘向左前平伸,身微左倾。 第四拍 停顿。



图 二十九



图 三十

### 德钦卓的套路动作

#### 1. 来跳招福的卓

第一~二十拍 动作同德钦"卓"中的"跨步端腿",共做五次。 1488

#### 2. 相聚心欢喜

第一拍 左脚向前上一小步,右脚向前悠出,手随腿部动作顺势前后摆动,以下动作中手部动作相同。

第二拍 右脚后撤一步,重心移至右脚。

第三拍 左脚向右上一小步,重心移至左脚。

第四~六拍 右脚跟在左脚旁点地三下。

第七拍 右"端腿"45 度。

第八拍 右脚跟在右旁点地一下,重心顺势右移。

第九~十二拍 左脚跟在右脚旁点地两下,接做第七至八拍的对称动作。

3. 徜佯牧场多幸福

第一拍 左脚向左移一小步。

第二拍 右腿前吸 90 度,右手抬至右耳旁,身稍向右拧。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

4. 奔子栏卓

第一~四拍 做"单腿跺步"。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 左脚左跺一步,重心移至左脚,直膝,左臂上举,掌心向内,右臂斜伸于右下方(见图三十一)。

第十拍 双脚跺地,同时向右转四分之一圈,成右"丁字步",右臂屈肘上举过头,左臂稍屈肘旁抬(见图三十二)。



图 三十一



图 三十二

第十一拍 右脚原地踏一下,左脚随之稍上提。

第十二拍 右脚再踮跳一下,身顺势稍右倾,并向左转四分之一圈,左脚随之落地,双 手于腹前交叉。

第十三拍 右脚向前走一步。

第十四拍 左腿屈膝、勾脚、小腿后抬,右臂稍屈肘向左前伸,左臂于身左侧。

第十五拍 左脚落地跺一下,同时右臂上举,左臂稍上抬。

第十六~十八拍 右"端腿"45度,左脚原地跺地三下。

第十九~二十一拍 右端腿转向正面,举右臂,左脚踮地三下。

### (五) 跳 法 说 明

### 中甸卓

舞者人数不限,围圈起舞,男围成一个半圆,女围成一个半圆,面对圆心,顺时针行进, 边唱边舞,除了礼仪性的"相会锅庄"和"告别锅庄"必须在开始和结束时跳外,其他的动作 或曲调的变化主要跟随领舞者的变化而变化,尽情而舞,尽兴而散。下面介绍几种常见的 套路跳法:

《舞呀舞》无限反复 舞者反复做"顺圈走步"动作。除"其苇"、"孔雀吃水"、"山兔蹦跳"、"弯膝"、"色松加姆"外,此音乐可适合跳其余的舞蹈套路。这是"卓"刚开始时必唱的曲子。

《黄金弯就的弓》无限反复 舞者先跳数遍"顺圈走步"动作后再反复跳"弯膝"动作直 到领舞者改变新的步伐。

《那边的金刚崖》无限反复 舞者可反复分别跳"摆脚"、"调背"、"三步一翻身"动作。

《仙女——拉姆姐姐》无限反复 舞者可反复分别跳"摆脚"、"调背"、"三踢一勾掖"、 "金色的坝子"等动作。

《孔雀吃水》无限反复 舞者面对圆心先做"压脚跟"的动作顺时针绕场一周,然后双臂不搭肩,反复做"孔雀吃水"的动作。

《山兔蹦跳》无限反复 舞者先跳数遍"顺圈走步"动作,然后反复做"山兔蹦跳"的动作。

《猴子舞步》无限反复 舞者人需双数,先跳数遍"顺圈走步",然后二人一对,面对圆心,反复做"猴子对脚"中的"动作一"和"动作二"。该舞动作变换主要视领舞者的变化而变化。

《色松加姆》无限反复 舞者反复跳"色松加姆"的动作。

《其苇》无限反复 舞者先跳数遍"顺圈走步"后,再无限反复做"其苇"的动作。(音乐的第二拍,舞者才开始做动作)。

### 德 钦 卓

《来跳招福的卓》无限反复 男女舞者各为一队围成圆圈,面对圆心,顺时针方向起舞行进,反复做"来跳招福的卓"第一至二十拍的动作,边唱边舞。

《相聚心欢喜》无限反复 男女舞者队形站法同"来跳招福的卓",面对圆心反复做"相聚心欢喜"第一至十二拍动作。边唱边舞。

《徜徉牧场多幸福》无限反复 跳法同"相聚心欢喜"。

奔子栏卓 此舞无音乐伴奏,也不唱。舞者面对圆心顺时针方向反复做"支金下卓"的第一至二十一拍的动作。

## (六) 艺人简介

欧米加参 男,藏族,1928年生,四川巴塘县人。自幼流浪,1935年为逃避喇嘛寺债务,随父母入滇,浪迹滇西北丽江、维西、中甸等地。多居住于德钦县奔子栏。稍长,即从师热巴格叠学艺。十七岁时拜热巴阿谦为师,学习热巴歌舞技艺,即从艺谋生,走上专业热巴之路。欧米加参的蹦子、蹲转等舞艺高超,被滇川藏民誉称为"热根欧米加参"(领舞领头之意)。

中华人民共和国建立前,欧米加参带领自己的家族,在滇西北高原,组成了"欧米加参热巴措卡"(热巴集体、班子),过着充满艰辛、苦涩的流浪艺人生活。

"欧米加参热巴措卡"由下列人员组成:

姐姐——甲喜、玉珍;弟弟——叶甸、扎西;妹妹——卓玛、窝嫫;妻子——格桑措姆; 内兄——茨里顿珠;岳母——(在卖艺途中死于巨甸,投入金沙江水葬);父亲——(死于维西),另外,还有一个徒弟和两家人。欧米加参是"热根",即领舞和领班。

1953年,在中甸的一次赛马会上,欧米加参表演了"热巴",他的舞艺,使北京来的艺术家们十分惊异,决定把欧米加参和他的舞蹈艺术,带到北京去见毛主席。当年他参加了中央民族歌舞团,成为该团的主要演员和编导,是最早将藏族"热巴"介绍到内地的舞蹈家。1956年他编导(与张苛合作)、领舞的《草原上的热巴》获1957年第六届世界青年与学生和平友谊联欢节铜质奖章。1964年参加音乐舞蹈史诗《东方红》演出,任第六场导演及领舞。他的主要作品有《百万农奴站起来》、《雪山雄鹰》、《牧羊人》等。1965年被评为全国先进工作者。同年被授予文化部社会主义建设积极分子称号。1981年参加中国舞蹈考察团出访菲律宾,1988年以艺术指导身份率中国民族艺术团参加在日本举行的"丝绸之路"博览会。并曾出访前苏联、缅甸、印度尼西亚等国。曾任中央民族歌舞团副团长兼艺委会

副主任,中国舞蹈家协会理事,是著名的藏族舞蹈表演艺术家。

1989年,六十岁的欧米加参从中央民族歌舞团副团长的岗位上退下来。两年间,他跑遍了云南、四川藏族聚居区,重走年轻时流浪过的地方,走访老艺人,搜集整理"热巴"艺术资料,现与人合作,写出了关于热巴的源流、种类,热巴、弦子的技巧,热巴与藏族民间艺术、文学的关系等内容的5万字书稿,留传给后人一笔宝贵财富。

传 授 七孝先(藏族)、吉 给(藏族) 央 租(藏族)、诺 杰(藏族)

阿吾尼玛(藏族)

编 写 王筱萍、马载斌(藏族)

绘 图 赵拉拉

执行编辑 葛树蓉、龙 翔、袁洪光

#### 

"忍",藏语意为载歌载舞。汉称"弦子",因领舞者手持"弦子"(藏族马尾胡琴)伴奏而得名。

记载云南藏族弦子舞的史料,见于民国时期的《中甸县志稿》卷下:"藏族……民间音乐仅有胡琴一种,其音乐极为悲壮,凡跳舞唱歌时用之,惟调谐甚鲜。"这里所说的胡琴便是弦子。据藏族舞蹈家欧米加参说:"云南的忍主要受四川巴塘、里塘弦子舞的影响。"云南藏民也多说,弦子舞是从四川学来的。据实际考察,云南忍的主要动律,风格特点等大多与四川巴塘"叶"相类似。忍传入云南的年代,约可推到明万历年间,当时丽江纳西族木氏土司新强,曾控制了中甸、维西、巴塘、里塘一带(清·光绪《续云南通志稿》)。商人,朝圣者南来北往,络绎不绝。忍在这时期传入是极可能的。

忍属自娱性舞蹈,在云南主要流传于德钦全县以及维西、中甸、洱源、丽江、贡山等县的部分地区。其中尤以德钦的忍最为著名。每逢佳节,喜事或重大集会,人们便聚集广场,旷野或晒场上,男拉马尾弦,边拉边唱边跳,女舞长袖,男女各站一半,围成圈,男唱女应,女唱男和,相对而舞。

忍的音乐结构一般为双乐句,有时也有四乐句。一个曲调,多段唱词,反复演唱。歌词属谐体民歌,内容丰富。凡天地日月,山川河流,风土人情,生产劳动,爱情等无所不包。

忍的歌词创作采用赋、比、兴等手法,比喻生动,寓意深刻,陈述叙事状物,朴素自然。歌词常用对偶、排比、叠句等手法。曲调高亢明亮,旋律欢快流畅。舞蹈随歌唱内容和领舞者动作的变化而变化。

在忍的基础上发展而成的女子舞蹈《孔雀吃水》、《兔子舞》等已带有一定的表演性,其动作语言较形象、丰富,要求演员有一定的技巧。表演《孔雀吃水》时,舞者手持酒碗边歌边舞。有孔雀下蹲吃水,躺身吃水(舞者下板腰用嘴衔起地上的碗),展翅,飞翔等舞蹈动作。《兔子舞》表现了一群活蹦乱跳的兔子在草坝上欢跳和不畏艰难险阻,翻越座座山峰的情景。舞蹈中有模拟兔子的"蹲"、"跳"的动作,并舞动彩袖来表现兔子左右摆动的双耳,生动有趣。

以上这两个舞蹈为专曲专舞,其余若干舞蹈套路则视歌词内容的不同而选用不同的 套路。

"欢乐的弦子,庄重的锅庄",这句藏族人民的口头禅形象地说明了两个舞蹈种类的不同风格。舞时,女子飞舞长袖,或直甩,平甩,掏甩,或撩甩,转身磨甩等。手随脚动,多为顺手顺脚,男子手拉马尾弦,或踏,或跺,或腾,或跃。音乐节奏慢时,舞姿舒展大方,轻盈优美;节奏快时,则急旋如风,跪蹲,跺踏,跳跃此起彼伏。

忍的队形多为男女各半圈,顺时针对面而舞。在此基础上,也可有男进女退,女进男退或男女两排交叉以及"绞麻花"等队形变化。以慢、中、快三段体的舞蹈结构方式来完成一个舞蹈或若干舞蹈套路。

### (二) 音 乐

### 依雄哩罗

歌词大意: 金色太阳升起, 照亮世界大地。

曲调说明:括号内的衬词即使具有词义或加有注释,均仍作衬词用。下同。

### 阿妈桑江珠玛

1 = G 中速稍快

传授 此里拉姆(藏族) 记谱 赵毅兴、邓 虹 范建国

$$\frac{2}{4}$$
  $\frac{6 \cdot 1}{\dot{n}}$   $\frac{6}{\dot{n}}$   $\frac{1}{\dot{n}}$   $\frac{1}{\dot{n}}$   $\frac{5}{\dot{n}}$   $\frac{6}{\dot{n}}$   $\frac{1}{\dot{n}}$   $\frac{5}{\dot{n}}$   $\frac{6}{\dot{n}}$   $\frac{1}{\dot{n}}$   $\frac{1}{\dot{n}}$   $\frac{1}{\dot{n}}$   $\frac{1}{\dot{n}}$   $\frac{5}{\dot{n}}$   $\frac{6}{\dot{n}}$   $\frac{1}{\dot{n}}$   $\frac$ 

歌词大意:欢乐的日子啊,飘动的带子像马尾拂动。

### 斯那加姆拉

1 = G 中速稍快

传授 此里拉姆(藏族) 吾 堆(藏族) 记谱 赵毅兴、邓 虹 范建国

歌词大意:小伙姑娘在一起,唱起欢歌跳起舞。

- ① 斯那加姆拉 藏语的女人名。
- ② 依古立立东鲁拉:藏语,意为向右旋转舞起来。
- ③ 白古立立东鲁拉:藏语,意为交叉绕圈舞起来。

## 永拉扎西哦

歌词大意:年青的好伙伴,今天相会在一起。

① 永拉扎西哦: 藏语,意为吉祥的日子。 ② 鲁穷亚拉鲁鲁: 藏语,意为年青的好伙伴。

### 阿拉嘎姆桑新

传授 斯那卓玛 (藏族) 扎史农布 (藏族) 记谱 赵毅兴、邓 虹 范建国

1 = G 中速稍快

$$\frac{2}{4}$$
 6  $\frac{\dot{2}}{\dot{1}}$   $\dot{\dot{2}}$  |  $\dot{\dot{3}}$  ·  $\dot{\dot{2}}$  |  $\dot{\dot{1}}$   $\frac{\dot{\dot{3}} \cdot \dot{\dot{5}}}{\dot{2}}$  |  $\frac{\dot{\dot{2}}}{\dot{1}}$  6  $\frac{\dot{\dot{2}}}{\dot{1}}$   $\dot{\dot{2}}$  |  $\dot{\dot{2}}$   $\dot{\dot{2}}$  |  $\dot{\dot{2}}$   $\dot{\dot{2}}$  |  $\dot{\dot{2}}$   $\dot{\dot{2}}$  |  $\dot{\dot{2}}$   $\dot{\dot{2}$   $\dot{\dot{2}}$   $\dot{\dot{2}}$   $\dot{\dot{2}}$   $\dot{\dot{2}}$   $\dot{\dot{2}}$   $\dot{\dot{2}}$   $\dot$ 

$$\dot{3}$$
.  $\dot{2}$  |  $\dot{1}$   $\dot{3}$ .  $\dot{5}$  |  $\dot{2}$   $\dot{1}$   $\dot{6}$   $\dot{5}$  |  $\dot{6}$   $\dot{5}$  |  $\dot{6}$   $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{6}$   $\dot{1}$  |  $\dot{2}$   $\dot{1}$   $\dot{6}$   $\dot{5}$  |  $\dot{6}$   $\dot{5}$  |  $\ddot{6}$   $\ddot{5}$  |  $\ddot{5}$ 

① 阿拉嘎姆桑新: 藏语, 意为如今真快乐。

### 亚吉松拉鲁

传授 斯那卓玛(藏族) 扎史农布(藏族) 记谱 赵毅兴、邓 虹 范建国

$$\frac{2}{4}$$
 5 - |  $\frac{6}{6}$  1 3 5 |  $\frac{2}{3}$  5 |  $\frac{3}{3}$  5 3 2 | 1 6 |  $\frac{6}{1}$  1  $\frac{3}{1}$  6 |  $\frac{6}{1}$  2 |  $\frac{3}{1}$  6  $\frac{1}{1}$  2 |  $\frac{3}{1}$  6  $\frac{1}{1}$  8 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  8 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3}{1}$  9 |  $\frac{3$ 

歌词大意:北京的金山上,升起金色的太阳。

### 嗦都亚拉松

传授 斯那卓玛(藏族) 扎史农布(藏族) 记谱 赵毅兴、邓 虹 范建国

拉,

(嗦都 呀

崩

金

通 拉

(嗦

歌词大意:中甸吉祥宝地,欢迎远方客人。

拉)

抢书

传授 斯那卓玛(藏族) 扎史农布(藏族) 记谱 赵毅兴、邓 虹 范建国

$$\frac{2}{4}$$
 3.  $\frac{5}{5}$  |  $\frac{\dot{3}}{\dot{5}}$  |  $\frac{\dot{3}}{\dot{5}}$  |  $\frac{\dot{3}}{\dot{5}}$  |  $\frac{\dot{2}}{\dot{3}}$  |  $\frac{\dot{2}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{2}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{1}}{\dot{6}}$  - |  $\frac{\dot{1}}{\dot{6}}$  0 |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |  $\frac{\dot{4}}{\dot{6}}$  |

歌词大意:草坝盛开鲜花,鲜花色彩真艳。

### 降巴珠玛拉斯

传授 斯那卓玛(藏族) 扎史农布(藏族) 记谱 赵毅兴、邓 虹 范建国

$$\dot{2}$$
  $\overbrace{6}$   $\dot{1}$   $\begin{vmatrix} 3 & - & \begin{vmatrix} 3 & 0 & \end{vmatrix}$   $\dot{3}$   $\dot{5}$   $\begin{vmatrix} \dot{2} & \dot{2} & \dot{1} \\ \dot{3} & \dot{5} & \end{vmatrix}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{1}$   $\dot{2}$ 

歌词大意:十五月亮圆圆,照亮世界大地。

...

传授 斯那卓玛(藏族) 扎史农布(藏族) 记谱 赵毅兴、邓 虹 范建国

$$\frac{2}{4}$$
 6  $\frac{1}{3 \cdot 5}$  |  $\frac{1}{3 \cdot 2i}$  6  $\frac{1}{6 \cdot 5}$  | 6  $\frac{1}{3 \cdot 5}$  |  $\frac{1}{3 \cdot 2i}$  6  $\frac{1}{6 \cdot 5}$  | 3 -  $\frac{1}{2}$  校 杯 按 拉 霞 阿 几 色 牙 须 棒 哦

歌词大意: 真好啊真好, 年轻的好伙伴。

# 嗦呀里乌里嗦

传授 斯那卓玛(藏族) 扎史农布(藏族) 记谱 赵毅兴、邓 虹 范建国

歌词大意: 年轻的好伙伴, 像草原盛开的鲜花。

#### 此 令 玛 啦

安吾尼玛 (藏族) 赵毅兴、郑 虹 范建国

1 = G 中速稍快

啦),

玛

歌词大意:爬山涉水到我家,辛苦了。

# 亚弄真色罗

安吾尼玛 (藏族) 赵毅兴、邓 虹 范建国 记谱

1=F 中速稍快

$$\frac{2}{4}$$
  $\frac{1}{5}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{12}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{$ 

歌词大意:父母儿女去年未相聚,今年相聚在一起。

### 桑生呀姆东鲁

安吾尼玛 (藏族) 赵毅兴、邓 虹 范建国 记谱 1 = G 中速 (1) 3 6 2 2 . 6 5 3 5 3 5 (哦) 格 瓦 松 雄, 寸 呀 (8) <u>۽</u> 1 <u>6</u> 5 1 3 5 5 不 勒, (桑 生 呀 东 拉) (12) 5 \_1\_ 3 3 5 古 拉 基 拉 尼 玛 古 拉 (16) (20) £ 3 ŧ1. 1 5 1 1 1 5 6. 3 2 6 姆 査 日拉 安玛 卓 (桑 生 呀 东 拉)。

歌词大意:登上高高山顶,心思一致多好;向右旋转,向右旋转,在温暖的太阳下,像母亲的怀抱。

# 房后圣洁柏树

传授 斯那卓玛 (藏族) 扎史农布 (藏族) 记谱 赵毅兴、邓 范建国

歌词大意;房后圣洁柏树,不知是谁栽的;马铃声声响,绕着圣地绕三圈。

# 家乡最大的河流

传授 安吾尼玛(藏族) 记谱 赵毅兴、邓 虹 范建国

6. 
$$\frac{6}{1}$$
 |  $\frac{2}{3}$   $\frac{5}{5}$  6 | 3 - |  $\frac{3}{5}$   $\frac{3}{3}$   $\frac{1}{1}$  |  $\frac{2}{2}$  - |  $\frac{2}{3}$  - |  $\frac{3}{5}$   $\frac{3}{5}$   $\frac{3}{5}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{3}{5}$   $\frac{1}{5}$ 

# 孔雀吸水

传授 安吾尼玛(藏族) 追 格(藏族) 记谱 范建国

- 3. 孔雀本领高强,请跳三遍酒舞。
- 5. 孔雀本领高强,请把酒碗放下。
- 4. 孔雀虽不高强,可跳三次酒舞。
- 6. 孔雀虽不高强,能把酒碗放下。

- 7. 孔雀本领高强,展翅飞翔三圈。
- 9. 孔雀本领高强,请你开屏三次。
- 8. 孔雀虽不高强,可以飞翔三圈。
- 10. 孔雀虽不高强,可以开屏三次。

### 玉兔蹦蹦跳跳

传授 此里拉姆(藏族) 记谱 赵毅兴、邓 虹 范建国

1 = G 中速

# (三) 造型、服饰、道具

#### 造型



男舞者

#### 服饰

男女舞者服饰均同"卓"。

#### 道具

- 1. 弦子 形似二胡,琴简较二胡大,琴杆和琴弓较二胡短。琴简为圆形,用木筒蒙羊皮或其他兽皮做成,穿斗上琴杆,琴杆上部雕有花纹,琴弓用树枝条烘制,琴弦与弓弦均用马尾制作。
  - 2. 酒碗 藏族木制酒碗。



弦子

# (四)动作说明

#### 群舞者的基本动作

1. 颤步

做法 每一步双膝先伸后屈上下颤动一次。

2. 右撩手

做法 右手由下向左往上逐渐擦起,屈肘于头顶上方,手心向下(见图一)。

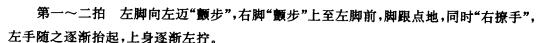
对称动作为"左撩手"。

3. 右撩手绕袖

做法 做"右撩手"向外翻腕,使彩袖从前向右后绕一小圈。 对称动作为"左撩手绕袖"。

4. 摆点步

准备 站"小八字步",双手自然下垂。



第三拍 手臂动作不变,右脚"颤步"移至右旁,脚跟点地,脚尖对右前。

第四拍 右脚"颤步"收回原位。

5. 垫跳步

准备 站右"丁字步",双手自然下垂。

第一拍 左脚原位跺地一下,同时右腿屈膝勾脚向右前抬起,右臂经前上抬,左臂微屈肘向前平抬,上身稍左拧(见图二)。

第二拍 保持姿态,左脚颠跳一下。



图一

#### 6. 踏步绕手

准备 站"小八字步",双臂屈肘抬于胸前,手半握拳,拳心对胸,右臂靠里,左臂靠外。 第一拍 前半拍,左脚向前"颤步",脚跟着地,左手经胸前掏出彩袖向前撩出,稍屈 肘,手心向上,上身随之左倾,稍前俯(见图三);后半拍,前脚掌踏地。

第二拍 做第一拍的对称动作。



图二



图三

#### 7. 单扭步

准备 站"正步",双臂下垂。

第一拍 左脚向左前小跳一步,右脚随即靠至左脚"正步"半蹲。同时"右撩手",左臂稍屈肘左前抬,上身微右拧左倾,目视右前(见图四)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

提示:身体随之上下起伏。

#### 8. 悠腿撩手

第一~二拍 右脚向前"颤步",左脚随之屈膝向右前悠起 45 度,右脚跟稍踮一下,同时"右撩手",左臂屈肘稍旁抬,上身微左倾,目视右前(见图五)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。



图 四



图五

#### 9. 前进踏步

第一~二拍 起右脚向前走"颤步"两步,同时"右撩手绕袖",左臂稍屈肘旁抬,上身稍左拧。

第三拍 右脚原位"颤步"踏地,同时左臂微屈肘前抬。

第四拍 右脚向前稍稍悠起,膝盖稍外开,右臂下垂。

#### 10. 后撤踏步

准备 站"正步",双臂下垂。

第一拍 右脚"颤步"后撤,上身前俯,同时左臂于身左侧向后绕一小圈。

第二拍 右脚向前"颤步"踏地,同时起身左手向前甩袖。

第三~四拍 右脚后踏成右"踏步半蹲",右臂经旁抬至"托掌"位,左臂屈肘手于胸前,上身前俯稍右拧。

#### 11. 端腿后蹲步

准备 站"小八字步",双手执弦子。

第一拍 右脚原地跺地一下随即"端腿",上身微右拧,目视右前(见图六)。

第二拍 右腿关膝"跪蹲"于左脚旁,上身稍前俯(见图七)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。



#### 12. 三步一抬腿

第一拍 左脚向左迈"颤步",双臂向两侧微抬,上身稍左倾。

第二拍 右脚向左迈"颤步",同时身向左转四分之一圈,左臂微后甩,右臂摆至右前。 上身右倾,目视右前(见图八)。

第三拍 左脚向左迈"颤步",身转对正前方,双臂自然垂下。

第四拍 右腿屈膝前抬 45 度,膝稍外开,身右转四分之一圈,左脚跟踮碾一下,同时

"右镣手",左臂旁抬,上身微左倾,目视右前(见图九)。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

13. 踏跺步

第一拍 左脚向左跳一步,同时右脚稍离地,双手微旁抬。

第二~四拍 右脚在左前跺地三下,左膝随之屈伸。"右撩手",左臂抬至"山膀位",上身稍左拧倾。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

14. 蹲跳步

准备 站"小八字步",双臂下垂。

第一拍 双脚向左前小跳一步全蹲,同时双臂上抬至"托掌"位,上身稍前俯左倾,目 视右前下方(见图十)。



图九



图十

第二拍 保持姿态,双膝原地稍屈伸一次。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~八拍 右臂屈肘手于额前,左臂落至"山膀"位,上身稍右倾左拧,双脚一拍一次原地**跨跳**四次,向左转一圈(见图十一)。

#### 15. 踏颤步

准备 站"小八字步",左手叉腰,右臂屈肘上抬手于右耳旁,头向右偏(见图十二)。



图十二

第一拍 保持姿态,右脚"颤步"踏地一下,上身稍向右倾。

第二拍 双手姿态不变,脚做第一拍的对称动作。

16. 后点步

第一拍 左脚向左"颤步"踏地,同时双臂在胸前交叉,上身稍 左倾右拧,目视右前。

第二拍 右脚向左后撤一步,前脚掌点地,身右转四分之一圈,左膝上下颤动一次,同时双手旁甩至"山膀"位,上身左倾右拧,目视左前下方(见图十三)。

以上为右"后点步",对称动作为左"后点步"。



准备 站"小八字步",双臂下垂,左肩稍向左前,双膝稍屈。

第一拍 右脚向左前"颤步"踏地,面向左前,左脚稍吸起,同时右臂前甩,左臂后甩, 上身稍左拧,目视前方。

第二拍 做第一拍的对称动作。

#### 组合动作

1. 依雄哩罗

第一~四拍 做"前进踏步"。

第五~八拍 做"后撤踏步"。

第九~二十四拍 做第一至八拍动作两次。

第二十五~三十二拍 做"三步一抬腿"。

第三十三~三十六拍 做"三步一抬腿"的第一至四拍动作。

第三十七~四十四拍 做"悠腿撩手"两次。

第四十五~四十八拍 做"前进踏步"。

#### 2. 阿妈桑江珠玛

第一~四拍 左臂搭于左舞伴的右肩。左脚向左迈"颤步",右脚在左脚前方跺三步, 在跺第三步后即前撩 25 度,右膝外开,右臂从上向下撩。

第五~八拍 舞者右臂搭于右舞者的左肩,做第一至四拍的对称动作。

第九~十二拍 做"三步一抬腿"的第一至四拍动作,舞者不搭肩。

第十三~十六拍 做"前进踏步"。

第十七~三十二拍 基本同第一至十六拍动作,只是第十七拍时改做右脚跺步。

3. 斯那加姆拉

第一~八拍 做"三步一抬腿"。

第九~十六拍 同第一至八拍。



图 十三

第十七~二十拍 先做"悠腿撩手"的第三至四拍动作,再做"悠腿撩手"的第一至二 拍动作。

第二十~二十四拍 做"前进踏步"的对称动作。

第二十五~二十六拍 做"单扭步"。

第二十七~二十八拍 起身,左腿勾脚前抬,左膝外开,"左撩手",右臂向前平伸。

第二十九~三十六拍 做"踏颤步"四次,向左转一圈。

第三十七~四十拍 同第二十五至二十八拍。

第四十一~四十八拍 做第二十九至三十六拍的对称动作。

第四十九~五十二拍 做"前进踏步"。

第五十三~五十六拍 做"后撤踏步"。

4. 永拉扎西哦

第一~十六拍 做"三步一抬腿"两次。

第十七~十八拍 做"单扭步"。

第十九~二十拍 起身"右端腿","右撩手",左臂向前平伸。

第二十一~二十二拍 右腿落于右旁,左前脚掌向右点一步同时右转半圈,右臂向左打下,"左撩手绕袖"盖下。

第二十三~二十六拍 左前脚掌再点地三下,同时向右转半圈,右腿开胯前伸,脚跟点地,左腿屈膝,左手"盖掌"位,右手从下向上掏出,向右前"摊掌",上身稍右倾。

5. 阿拉嘎姆桑新

第一~十六拍 舞者面对圆心,做"三步一抬腿"两次。

第十七~二十拍 做"悠腿撩手"第三至四拍,再做第一至二拍。

第二十一~二十四拍 做"前进踏步"。

第二十五~三十八拍 舞者左肩对圆心,逆时针方向做七次"踏步甩手"。

反复第二十五~三十八拍 舞者左转身成右肩对圆心,向顺时针方向做七次"踏步甩手"。

6. 亚吉松拉鲁

第一~四拍 女做"摆点步";男做"端腿后蹲步"。

第五~十拍 男女同做"踏步甩手"三次向后退。

第十一~十八拍 做"三步一抬腿"。

第十九~二十二拍 做"悠腿撩手"的第一至二拍动作两遍。

第二十三~二十六拍 做"前进踏步"。

7. 嗦都亚拉松

第一~二拍 右脚向左跨一步,屈膝,左腿屈膝后抬,双臂左甩,上身左拧前俯,右脚 1510 "颤步"踏地,上身直起。

第三拍 右脚向右"颤步"踏地,左脚原地稍吸起,右臂右甩。

第四拍 左脚"颤步"踏地一下,右臂放下。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十六拍 同第一至八拍。

第十七~十八拍 同第一至二拍。

第十九~二十拍 双手叉腰起左脚向左"跑跳步"自转一圈。

第二十一~二十二拍 做"单扭步"。

第二十三~二十六拍 同第一至四拍。

第二十七~三十拍 同第十九至二十二拍。

8. 嗦呀

第一~二拍 双手搭肩,右腿向前悠出 25 度,膝外开,左脚跟踮地一下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~八拍 同第一至四拍。

第九~十二拍 左脚落地,右脚在左脚前跺地三次,上身前俯。

第十三~十四拍 双手放下,右脚着地,左脚向前悠出 25 度,膝外开,同时向右转半 圈成背对圆心,右脚跟踮地一下或小跳一下。

第十五~十八拍 同第一至四拍。

第十九~二十拍 同第一至二拍。

第二十一~二十四拍 右脚落地,左脚向右脚前跺地三次,上身前俯。

再反复一次第十三至二十四拍动作。

9. 降色珠玛拉斯

第一~四拍 右脚在左脚前跺地三次,第四拍时右腿屈膝后抬,脚跟靠于左小腿前,膝盖外开,右臂从第一拍开始慢慢向上撩起又落下。

第五~十六拍 做三次第一至四拍动作。

第十七~二十四拍 做"三步一抬腿"。

第二十五~二十八拍 做"前进踏步"。

10. 龙杯坡拉之一

第一~十拍 舞者右肩对圆心,顺时针方向做"踏步绕手"五次。

第十一拍 做"单扭步"(注:在这里两拍的动作在一拍里完成)。

第十二拍 起身向右转四分之一圈,同时右"端腿","右撩手",左臂向前平伸后双臂放下。

第十三拍 舞者再向左转四分之一圈,成右肩对圆心,右脚向前走"颤步",左臂从下

到上,从前向后撩手一圈。

第十四拍 做第一拍的对称动作。

第十五~十八拍 做第十三至十四拍动作两次。

第十九~二十拍 做第十一至十二拍的对称动作。

第二十一~二十六拍 同第十三至十八拍。

第二十七~二十八拍 同第十一至十二拍。

第二十九拍 面对圆心,右脚向右"颤步"踏地,右臂向右平甩。

第三十拍 左前脚掌向右点地,同时向右转半圈,成背对圆心,左臂经"擦掌"手至右前盖下。

第三十一拍 左前脚掌再点地一下,同时向右转半圈成面对圆心。

第三十二拍 右腿前伸,脚跟点地,右手从下向上掏出。

第三十三~三十六拍 做第二十九至三十二拍的对称动作。

11. 龙杯坡拉之二(此组合为舞蹈进入高潮时跳)

第一~十二拍 同"龙杯坡拉之一"第一至十二拍动作。

第十三~二十拍 男左"端腿","左撩手",右臂平伸,右脚一拍一次小跳,向左转一圈;女左腿前抬25度,"左撩手",右臂向前平伸,右脚一拍一次原地跳八次。

第二十一~二十八拍 做第十三至二十拍的对称动作。

第二十九~三十拍 双手叉腰,向右平转一圈(有时则为跳转)。

第三十一~三十二拍 做"单扭步",第二拍起身。

第三十三~三十六拍 做第二十九至三十二拍的对称动作。

12. 嗦呀里乌里嗦

第一~八拍 向前做"踏步甩手"四次。

第九~十六拍 向后做"踏步甩手"四次。

第十七~三十二拍 做"三步一抬腿"两次。

第三十三~四十拍 向前做"踏步甩手"四次。

13. 此令玛啦

第一~四拍 左脚向左移步,右脚向左前跺地三次,同时左脚跟踮三下,双膝屈伸三次,"右捺手",上身稍左拧。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十六拍 同第一至八拍。

第十七拍 右脚向左跨一步,右臂向右平甩。

第十八拍 左前脚掌向右点地一下,同时向右转半圈,左臂经"撩掌"手至右前盖下。

第十九拍 左前脚掌再点地一下,同时向右转半圈。

第二十拍 做"单扭步"(两拍动作在一拍中完成)。

14. 亚弄真色罗

第一~四拍 做"前进踏步"。

第五~八拍 做"后撤踏步"。

第九~十二拍 同第一至四拍。

第十三~二十拍 做"三步一抬腿"。

第二十一~二十四拍 做"三步一抬腿"的第一至四拍动作。

第二十五~二十八拍 做"悠腿撩手"。

第二十九~三十二拍 做"三步一抬腿"的第五至八拍动作。

15. 桑生呀姆东鲁

第一~四拍 做"前进踏步"。

第五~八拍 做"后撤踏步"。

第九~十二拍 同第一至四拍。

第十三~十六拍 做"悠腿撩手"。

第十七~二十拍 做"后撤踏步"。

第二十一~二十四拍 做"前进踏步"。

第二十五~二十八拍 做"后撤踏步"。

第二十九~三十六拍 同第二十一至二十八拍。

第三十七~四十拍 做"悠腿撩手"。

第四十一~四十四拍 做"后撤踏步"。

16. 房后圣洁柏树

第一~二十四拍 做"三步一抬腿"三次。

第二十五拍 做"单扭步"(二拍动作在一拍中完成)。

第二十六拍 右"端腿","右撩手",左臂向前平伸。

第二十七~二十八拍 做第二十五至二十六拍的对称动作。

第二十九拍 右脚向右踏一步,右臂向右平甩。

第三十拍 左前脚掌向右点地一下,同时向右转半圈,左臂经"撩掌"手至右前盖下。

第三十一拍 左前脚掌再点地一下,同时向右转半圈。

第三十二拍 右腿开胯前伸,脚跟点地,左腿屈膝,左手"盖掌"位,右手掏出至右前"摊掌",上身稍右倾。

第三十三~三十六拍 做"三步一抬腿"的第一至四拍动作。

#### 领舞者的动作

做法 左手持弦子,右手持琴弓,边拉弦子边舞蹈,步法同群舞者。

# (五) 跳法及场记说明

#### 跳法

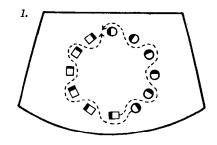
人数不限,男女各站半圈,大部分舞蹈组合皆采取圈舞形式,顺时针方向而舞。由一男舞者拉弦子伴奏为领舞,众舞者随之边唱边舞。一般均为一曲一舞。如奏《依雄哩罗》歌曲,就跳"依雄哩罗"组合动作,可多次反复,随领舞者换曲换舞及节奏快慢起伏。中间可穿插表演性舞段,如《孔雀吸水》、《玉兔蹦蹦跳跳》等,然后再继续围圈歌舞,最后以跳《家乡最大的河流》走"卷菜心"队形后,结束舞蹈。

#### 场记

# 家乡最大的河流

男舞者(□) 人数不限,双手"执弦子"。

女舞者(○) 与男舞者人数相等。



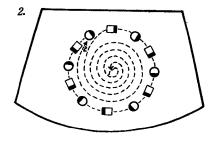
《家乡最大的河流》第一遍。

〔1〕~〔2〕 男舞者左肩对圆心,女舞者右肩对圆心,边奏、边唱、边做"三步一停"(起右脚向前走"颤步"三步,第三步上成右"丁字步",女舞者"右撩手",男舞者身右拧稍右倾,不拉弦子者做"左撩手",第四拍保持姿态,原地颤膝),男女排头者擦右

#### 肩换位。

〔3〕~〔4〕 脚同〔1〕至〔2〕,手、身体做〔1〕至〔2〕的对称动作,各与身前舞者擦左肩换位。

〔5〕~〔22〕 反复做〔1〕至〔4〕动作,男向逆时针方向,女向顺时针方向,按图示路线相互交叉走"绞麻花"队形后成男女相间,均左肩对圆。

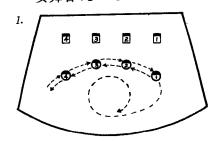


第二遍(音乐无限反复) 由领舞者带头,按图示路线反复做第一遍[1]至[4]动作,逆时针方向绕圈走"卷菜心"队形至箭头1处,然后领舞者带头依次右转身沿顺时针绕出至箭头2处成右肩对圆心的一大圆圈,舞完曲终。

# 孔雀吸水

男舞者(□~豆) 四人,双手"执弦子"。

女舞者(Φ~Φ) 四人,右手"执酒碗"。

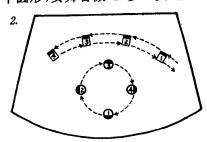


《孔雀吸水》

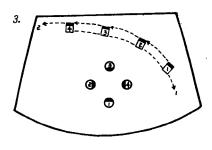
男唱第一段歌词,女唱第二段歌词 男舞者在 场后站一横排,面向 1 点,边奏边唱为女舞者伴舞。 女舞者右手执一酒碗在男舞者前站成半圆,反复做 "三步一抬腿"动作。

男唱第三段歌词,女唱第四段歌词 男舞者成

半圆形,女舞者做"三步一变"按图示路线至场中围成一小圈,右肩对圆心。



男唱第五段歌词,女唱第六段歌词 男舞者做 "三步一抬腿"。女舞者沿顺时针方向做"后点步"。 当唱到"能把酒碗放下"时,女舞者把酒碗啣在嘴上,面对圆心"正步全蹲"身前俯,双臂后伸抬起,做飞翔状,将酒碗放在地上。

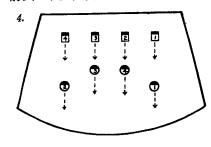


男唱第七段歌词,女唱第八段歌词 男舞者做 "三步一抬腿"向左前移位,男1号到位(箭头1处) 后男全体原地做"三步一抬腿"。女舞者右手拿起地上的酒碗向左转半圈成背对圆心。

女舞者原地做"后点步",当唱到"可以飞翔三圈"时,双臂后抬做飞翔状,上身前俯,一拍一次做

"踏颤步"向右转三圈(四拍转一圈)。

男唱第九段歌词,女唱第十段歌词 男舞者做"三步一抬腿"逐渐向右移位,男 4 号至 箭头 2 处时,男 1 至 3 号移回至场后成一横排。女舞者做"后点步"逐渐走成八字形。

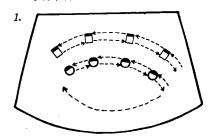


当唱到"可以开屏三次"时,女舞者双臂经胸前交叉后划至"山膀"位,"正步半蹲",向前蹲跳三次(四拍一次),双臂同时上下扇动,似孔雀开屏状,男舞者随同女舞者手拉弦子向前蹲跳三次。曲终舞止。

# 玉兔蹦蹦跳跳

男舞者(□) 四人,双手"执弦子"。

女舞者(○) 四人。

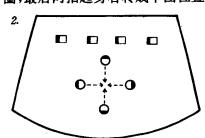


#### 《玉兔蹦蹦跳跳》第一遍

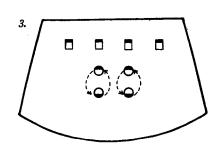
- 〔1〕~〔8〕 女舞者在前,男舞者在后,各站成 弧形,均面向圆心做"三步一抬腿"两次。
- [9] 男舞者原地只奏不跳,女舞者原位转成 右肩对圆心。

第二遍 男舞者同第一遍动作走成一横排,最

后两拍左转四分之一圈,面向 7 点,女舞者做"**蹲跳**步"第一至四拍动作,顺时针方向绕一圈,最后两拍起身右转成下图位置。



第三遍 女舞者面向圆心做"蹲跳步"按图示路线向圆心跳,围成一小圈,最后两拍不跳,起身成两人面相对。男舞者随女舞者原位做"蹲跳步",最后两拍不跳,起身右转四分之一圈,面向1点。



第四遍 女舞者做"**蹲跳**步"按图示路线二人一对转圈,男舞者原位做"**蹲跳**步",最后两拍均起身,曲终舞止。

传 授 安吾尼玛、此里拉姆、 斯那卓玛(均为藏族)等

编 写 范建国、马载斌(藏族)

绘 图 赵拉拉

执行编辑 葛树蓉、吕 波

# 降 鲁 羌

# (一) 概 述

"降鲁羌",意即"情舞"。据当地老人讲降鲁羌属于"卓"(姑卓)类。因流传于迪庆藏族自治州中甸县的尼西区而称"尼西情舞"。降鲁羌分为"擦沾"和"擦西"两种,"擦沾"多在婚嫁时的村中跳,男女老少均可参加,唱词多为祝福、庆贺等内容。"擦西"为青年男女谈情说爱时跳,跳时要远离村庄,唱词多为抒发男女之间的爱慕之情等内容。"擦沾"、"擦西"除以上区别外,舞蹈动作及曲调均同。

舞蹈时,无乐器伴奏,由舞者边歌边舞。舞蹈队列顺时针或逆时针方向进行。节奏明快,具有特有的节奏效果,如有的舞蹈动作在音乐节奏的"板上",有的却在音乐节奏的"眼上"。女子动作着重在手部彩袖的抛甩,男子着重腿部的跳跃、踏踢和右手臂的有力甩动。动作奔放、洒脱,舞姿优美,充分显示出男女青年深情、豪爽、开朗的性格。

男女舞者的服饰均与"卓"相同。

# (二) 音 乐

### 永不分离

作(藏族)、加 特(藏族) 扬 1 = bE 中速稍慢 (4) 2 3 2 3 5. 3 2. 6 1 1. (男領) 当 我们 见 的 (西) 2. (女領) 让 我 们 齐 立 下 言 (西) (8) 2 2 2 2 2 2 6 1 2 3 (合) (哦 哦 哦 哦) (領)(哦 啦) 就 在 (合) (哦 哦 哦) (領) (哦 啦) 今 生 (12) 3 5 <u>3</u> 5 5 5 5 上 许 下 心 愿(合)(哦 哦 哦 哦 哦) 世 不 分 离(合)(哦 哦)

# 金子般的舞场

1 = G 中速稍慢

传授 诺杰区初(藏族) 记谱 普祜中(藏族)

# 6 - 
$$\frac{1}{1}$$
  $\frac{1}{2}$  2 - - -  $\frac{1}{5}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{1}{2}$  2 - - -  $\frac{1}{6}$   $$\frac{35}{5}$$
 5 5 2 - -  $\frac{1}{1}$  1  $\frac{26}{6}$   $\frac{61}{1}$  1 - 4 - 5  $\frac{5}{5}$  2  $\frac{121}{2}$  7  $\frac{3}{2}$  8  $\frac{5}{2}$  8  $\frac{5}{2}$  9  $\frac{5}{2}$ 

#### 相逢在这花开的时候

传授 居 作(藏族)、加 特(藏族) 记谱 肖 扬

# (三) 动作说明

1. 左右摆身

做法 站"小八字步",身随音乐节奏向左、右摇摆。

2. 上跺步

第一拍 左脚向前上一步,同时双膝微屈伸,上身随之稍左倾,头略左偏,右手自然下垂。

第二拍 右脚上至左脚旁,脚尖点地,右手顺摆向右腿前。

第三~四拍 右腿慢上吸,右臂随之屈肘抬至胸前。

第五拍 右腿快速向前撩出,双膝随之伸直,同时右臂前撩,顺势抛出彩袖,左手自然下垂。

第六拍 停顿。

第七拍 右脚后撒一步,上身微右倾。

第八拍 左脚靠向右脚,上身回原位,右手自然下垂。

第九拍 左"掖腿",右膝直立,左手于左后;男舞者右臂屈肘向前抬、上身向左拧(见图一),女舞者右臂屈肘至胸前。

第十拍 停顿。

第十一拍 左脚向后撤半步踏地。

第十二拍 右脚靠向左脚跺地,同时右肩稍向右前,随即后拧抖肩带动双手甩向"摊掌"位,彩袖随之向身两侧抛出,上身顺势直立。

第十三拍 右脚原位跺地一下,同时双手自然下垂。

第十四拍 右脚原位跺地一下,同时双手由腹前向上经胸前向外掏出,将袖向前抛出,身稍右倾(见图二)。







图二

#### 3. 踮撩腿

准备 舞者并排站立。男舞者相互连臂搭肩;女舞者双手扶左、右舞者的后腰。

第一拍 左脚向左前上一大步,随之屈膝,上身前俯,同时右腿屈膝小腿后抬。

第二拍 右脚向前撩出,上身后仰,左腿直膝踮跳一下。

第三拍 右脚后撤一大步为重心,屈膝,左腿随之直膝,脚尖抬起,上身前俯。

第四拍 左脚靠向右脚,同时身向右转四分之一圈落成"正步",双膝直。

第五拍 左脚踮跳一下,同时身向左转四分之一圈,左膝微屈,右脚擦地向前抬起,双 手自然下垂。

第六拍 做第五拍的对称动作。

第七~八拍 做第五至六拍的动作,第八拍时,双臂屈肘交叉于胸前,左臂在上,右臂在下。

第九拍 双脚跺地,右脚随即向右前抬起,双膝微屈,同时双臂经下"分掌",右臂上抬至右前,左臂上抬至左侧,抛出彩袖(见图三)。

第十拍 右脚落于左脚旁。

4. 上步晃手

准备 自然站立,双手自然下垂。

第一拍 右脚向左前上一步,左腿屈膝小腿后抬,双臂从左经上向右划一立圆后,左 手抬于左侧,右手屈肘于腹前,上身稍右倾(见图四)。



图三



图 四

第二拍 保持原舞姿,右脚原地踮跳一下。

第三拍 双脚原位跺地,右脚随即擦地向前踢出,右臂向右上方抛出彩袖双臂形成右 "顺风旗",手心向下。

第四拍 右脚收回落于左脚旁。

5. 跺步吸腿

准备 舞者并排站立,男舞者相互连臂搭肩;女舞者双手扶左、右舞者的后腰,站"小八字步",双膝稍屈。

第一拍 左脚向前上一步。

第二拍 右腿微屈膝前抬,同时左脚跟稍踮,迅即下压跺地。

第三拍 右脚向后撤一步为重心。

第四拍 左腿屈膝前抬,同时右脚跟稍踮,迅即下压跺地。

第五拍 左脚下落跺地,同时右脚迅即擦踏向前抬起,膝微屈。

第六拍 右单腿向右跳转一圈后,双臂再搭肩。

第七拍 右脚落地。

第八拍 前半拍,左脚向前上一小步,同时右腿屈膝前抬,左脚跟随之踮起。后半拍, 左脚跟下压跺地。

第九拍 前半拍,右脚向后一步为重心,同时左脚跟提起脚尖着地,膝微屈。后半拍, 左脚跟下压跺地。

第十拍 左脚向前上一步。

第十一拍 右腿屈膝前抬,左脚跟随之踮起并迅即下压跺地。

第十二拍 右脚向后撤一步,左脚前半拍时踮起脚跟,后半拍时用力下跺。

第十三拍 停顿。

第十四拍 右脚靠向左脚跺地成"正步",同时右臂屈肘于胸前,手心向里,左手自然下垂。

第十五~十六拍 右脚原位跺地两下。

第十七~十九拍 同第十至十二拍。

第二十~二十三拍 同第四至七拍。

第二十四拍 左脚原位踏地,同时右腿稍屈膝前抬。

第二十五~二十六拍 右脚收回原位跺地两下,右臂屈肘,右手慢速抬于胸前,手心向里,左手向后,自然下垂。

第二十七拍 左脚向前走一步。

第二十八拍 右脚向前跺一步,同时右手经右上抬落于头顶前,手心向下,面向左前, 左臂搭肩。

第二十九~三十拍 同第二十七至二十八拍。

第三十一~三十六拍 做两次第二十七至二十八拍的腿部动作,手臂动作由上举变为屈肘于胸前。

#### 6. 踏步踢腿

准备 站"正步",左手搭于左舞者右肩或自己叉腰。

第一拍 左脚微起跺地,同时右脚擦踏前抬,右臂由下向左经上往右快速划一立圆后,屈肘于胸前。

第二拍 右脚回撤至原位踏地,同时左脚擦踏向左前屈膝踢出,右臂随之向右甩出, 左手屈肘扶于左腰前,身稍右倾后仰,眼视右前方(见图五)。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五拍 同第一拍。

7. 跺步

准备 站"小八字步",双手自然下垂,双膝微屈。

第一拍 左脚向前上一步。

第二~三拍 右脚靠拢左脚至右"丁字步"位跺地两下,双臂从下向左上至右"顺风旗"位。

第四拍 停顿。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

8. 吸腿跺步

准备 自然站立,双手自然下垂。

第一拍 左脚向前一步微屈膝为重心,右腿开胯屈膝提起,同时双臂上抬,迅即向两侧甩出,将袖抖直至双"山膀"位(见图六)。



图五



图六

第二拍 右脚下落至左脚旁成"正步"位跺地,双脚尖朝左前,双膝并拢微屈,上身左 拧前俯,同时右手向右往下屈肘于胸前,左手位置不变。

第三拍 右脚向右踏地成"小八字步",膝微屈,同时右手向右甩出,左手位置不变。

第四拍 右腿屈膝小腿后抬,左臂屈肘于胸前,右臂屈肘于身后。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

9. 上靠步

准备 自然站立,双手自然下垂。

第一拍 左脚向前一步,同时双臂经两侧抬起至右"顺风旗"位。

第二拍 右脚靠拢左脚,同时手至右"按掌"左"山膀"位。

第三~四拍 做第一至六拍的对称动作。

第五拍 左脚向左上一步,同时身向左转四分之一圈,双手至右"顺风旗"位。

第六~八拍 右脚靠向左脚在"正步"位跺地三下,当跺第三次时,左脚迅即擦踏向前 抬起。跺地时,上身随之上下颤动。

第九拍 右脚收回,靠于左脚旁。

第十~十八拍 做第一至九拍的对称动作。

10. 踮跳步

准备 舞者并排站立,相互连臂搭肩,自然站立。

第一拍 左脚向左前踏一步,同时右腿向前抬起,微屈膝。

第二拍 左脚原位踮跳一下,同时右腿向右蹁出。

第三拍 左脚原位再踮跳一下,同时右腿屈膝小腿向右 后抬起,身稍向左拧前俯,同时右臀部向右后送出(见图七)。

第四拍 右脚于左脚旁"正步"位跺地,身随之微前俯,双膝稍屈。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。



图七

# (四)跳 法 说 明

舞者人数不限,男女各排成一队,围成一个半圈,面对圆心。男舞者左手搭于左侧舞者右肩上或相互连臂搭肩,女舞者相互拉手或双手扶左、右舞者的后腰。边唱边舞,男女动作相同。每首歌的第一段由一男舞者领唱,众随之合唱虚词;第二段由一女舞者领唱,众随之合唱虚词。

《永不分离》唱第一段词

- [1]~[8] 做"左、右摆身"。
- [9]~[15] 做"上跺步"动作两次。

唱第二段词

- 〔1〕~〔8〕 做"左、右摆身"。
- [9]~[15] 做"上跺步"两次。

《金子般的舞场》唱第一段词

〔1〕 做"左、右摆身"。

- 〔2〕~〔6〕 做"踮撩腿"。
- [7]~[8] 做"踏步踢腿"。
- [9]~[12] 做"上步晃手"两次。

#### 唱第二段词

- 〔1〕 做"左、右摆身"。
- 〔2〕~〔7〕 做"跺步"一次后再反复做"跺步"的第一至四拍动作;或做"吸腿跺步"一次后再反复"吸腿跺步"的第一至四拍动作。
  - 〔8〕~〔12〕 做"踮跳步"一次,紧接做"上步晃手"的第一至三拍动作。

《相逢在这花开的时候》唱第一段词

- 〔1〕~〔8〕 做"左、右摆身"。
- [9]~[17] 做"跺步吸腿"。

#### 唱第二段词

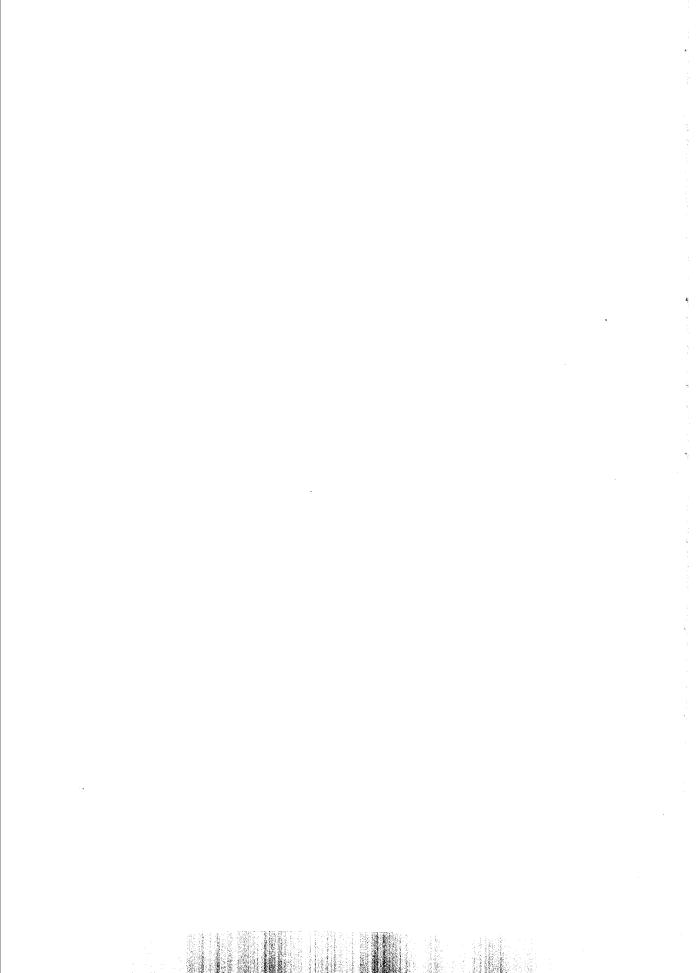
- [1]~[8] 做"左、右摆身"。
- [9]~[17] 做"上步靠"两次。

传 授 拉 追(藏族)、此 称(藏族) 吹 初(藏族)、诺 杰(藏族) 编 写 王筱萍、马载斌(藏族)

绘 图 赵拉拉

资料提供 斯那七林(藏族)、黄镇芳、郭朝燕

执行编辑 葛树蓉、龙 翔、袁洪光



# 景颇族舞蹈

主 编 乔明昌责任编辑 廖大昆



# 景颇族民间舞蹈概况

景颇族主要居住在德宏傣族景颇族自治州的陇川县、盈江县、潞西县、瑞丽县和畹町市。在怒江傈僳族自治州泸水县的片马、岗房、古浪及临沧地区的耿马县,思茅地区的澜沧县也有少量分布。景颇族有"景颇"、"载瓦"、"浪峨"(浪速)、"喇期"(茶山)等支系,语言属汉藏语系藏缅语族的景颇语支,有景颇和载瓦两种主要方言。

景颇族曾经历了漫长的迁徙历史,他们认为自己的祖先发源于遥远的北方"木叱省腊崩"(意为雌雄祖宗山),后来逐渐向南迁徙。约一千多年前,沿金沙江、怒江、恩梅开江南下,逐渐迁到云南西部,怒江以西地区。明末清初,继续南迁,逐步大批定居于怒江以西今德宏州境内。历史上不同朝代对景颇先民有多种不同的称呼,现实中也有多种自称和他称。德宏地区的景颇族自称"景颇"、"载瓦"、"喇期"、"浪峨",怒江州泸水县境内景颇族自称"哦呛的哏"、"茶山族",他称"茶山人"、"哦恰"、"浪速"等。景颇族各支一致认为有自己共同的祖先,1949年建国后,根据本民族人民意愿,统称景颇族。

景颇族南迁德宏后,受汉族、傣族先进生产技术和封建经济的影响,生产力有很大提高,生产关系也发生了变化,这就促成景颇族社会由原始社会末期或早期奴隶制的发展阶段向封建制度跳跃过渡。但由于发展不平衡,各地区景颇族社会也不同程度地保留了各发展阶段的成份。形成社会经济的多种结构形态,但基本上进入了封建社会的初期。

景颇族先民很早就创造了丰富多采的民间文化艺术,通过大量口头文学反映人类征服自然,传播生产知识,表现人类智慧以及颂扬开发自然和驯服野兽的英雄事迹等。景颇族巫师"董萨"做祭祀活动时念的咒语也是一种宗教文学,董萨熟记本民族的文化历史,会做各种献祭活动。以往,景颇族各种献祭活动十分盛行,祭祀活动往往又与不同形式的民间舞蹈融合为一体,所以有的董萨对本民族的舞蹈历史传说,动作、套路很熟悉,他们也是民间舞蹈能手。建国前"目脑纵歌"的脑双(领舞)都是由巫师充任的。

景颇族的民间舞蹈,蕴藏丰富,历史悠久而又别具丰采。就其性质大致可分为:欢庆自

娱性舞蹈,如"目脑纵歌"、"整歌"、"叮歌"。祭祀丧葬舞有"格本歌"、"恩港斋"、"金寨寨"。 表演性舞蹈有"刀舞"。有些景颇族民间舞含双重性,自娱性,表演性兼而有之。

目脑纵歌是景颇族影响最大的大型集体歌舞,关于它的由来,景颇族不同支系都有这样的传说:地上的百鸟应邀到天上参加太阳神举办的目脑纵歌。百鸟返回大地后,在一棵大青树上举行了地上的第一次"纵歌"集会,被景颇族创世英雄宁贯娃看见并学会,移植到了人间。故事中说,始祖宁贯娃原住在"阿桑尤布"(意为"石岩洞")的地方。当时人们居住在石岩洞里,使用各种石工具,如石刀、石锅、石三角灶架等。另有一种说法:景颇族的发源地在今青海省境内,传说青海湖有一鸟岛,曾是景颇族最初欢度自己的节庆——目脑纵歌时祭祀和跳舞的地方。至今目脑纵歌仍模仿鸟的形态和动作进行,领头跳舞的"脑双"必须头戴兜鍪,用孔雀羽毛为顶饰。从目脑纵歌的祭坛,祭祀仪式,舞蹈形式和内容上看,舞场中央设置的祭坛"目脑示标"(也称"目脑柱")上汇集了景颇族的多种崇拜偶像,柱上画着的太阳、月亮、孔雀、雌雄祖宗山,舞蹈队形图案,五谷图,祖传长刀图案等,有些是景颇族早期的原始图腾崇拜物。这些都说明,目脑纵歌是一种古老的艺术。舞蹈动作比较简单原始,而宗教祭祀成分浓厚,活动组织严密有序,舞前要先举行庄严神圣的开舞仪式。上千名舞蹈者,由脑双率队步入舞场,先向目脑示标致礼祭拜,然后才绕着祭坛起舞。建国前跳"目脑纵歌"有祭拜最大的家堂鬼"木代鬼"的内容,现在祭祀性内容已逐步谈化,而代之以欢庆性的节庆歌舞,但仍保留了早期的祭祀舞蹈仪式风貌。

景颇族信奉万物有灵,崇拜自然,认为自然界中的万物都有鬼灵,能致人以祸福,过去鬼魂崇拜几乎渗透到社会生活的各方面,凡播种、收割、疾病、婚丧、节庆,械斗等,都要请董萨杀牲占卜祭鬼,以祈禳恶鬼和报祭善鬼。景颇族实行土葬、火葬和天葬三种葬式,正常死亡用土葬,非正常死亡多用火葬,幼婴夭亡用竹笋叶包裹放到野外或树林中,谓之天葬。善终者,要请董萨主持举行繁杂的祭鬼送魂仪式,以便把死者的鬼魂送回"老家"和祖宗团聚。守灵期间要跳丧舞,全寨青年男女及邻村的小伙子、姑娘们都来参加,常常通宵达旦连跳数日。

景颇族认为,丧舞金寨寨是本民族最原始的民间舞蹈,舞者全身赤裸,纹面绘身,动作粗犷,据说,保持这种原始装束,是为了要后人知道景颇族先民所经历过的原始时代。金寨寨的男性舞者装扮成一雌一雄,在舞场中自由奔走吼叫,以扭动胯部,做出性交动作,或模仿兽类的性行为,体现出浓郁的生殖崇拜意识。金寨寨的原始舞蹈特征,反映了景颇族还处于穴居时代,以树皮枝叶蔽体,靠采集和狩猎为生存手段的原始社会形态。

格本歌也是一种祭祀丧葬舞,它有四十多个套路,在景颇族丧葬舞中流行最广。舞蹈以形象的动作模拟再现了农业初期刀耕火种的原始耕作状态。但格本歌作为一种祭祀舞蹈,仍保留着原始简单的舞蹈形式(众人围成圆圈逆时针方向循环而舞),这种原始的祭祀舞蹈可能早在进入农业生产之前就已形成,并流传下来。当景颇族社会进入农业时期后,

才融进了丰富的农业劳动生产内容。

景颇族的几种主要民间舞蹈分布很广,目脑纵歌、整歌、刀舞等祭祀丧葬舞蹈,在德宏地区潞西的东山、西山、中山、五岔路;盈江的铜壁关、帮瓦、盏西、卡场;陇川的王子树、帮外、贡瓦护国;瑞丽的猛秀、户育、等嘎;梁河的帮歪、帮各等景颇族的聚居区都很流行。此外,格本歌、整歌在怒江州泸水县的片马、古浪也有流传。"开士麦支高"流传于泸水县片古岗,传说该舞是外国传教士出于传教目的,为了笼络民心,在景颇族民间舞蹈形式动作的原有基础上,编出的"过礼拜节舞"。舞蹈加进了拜上帝的内容,但基本动作与整歌相似,说明只是对传统舞蹈的一种利用而已。

景颇族民间舞蹈动律主要体现在双膝的屈伸运动上,各种舞步都由双膝的屈伸来带动。双膝屈伸在不同的舞种中可分为快慢两种;一种节奏较慢,屈伸平缓有韧性,上身前俯后仰的幅度较大,如祭祀丧葬舞格本歌、整歌。另一种是轻快而具弹性的屈伸,如刀舞、目脑纵歌,由于节奏加快,动作显得欢快灵捷,情趣也活跃欢腾。

景颇族不同支系的民间舞蹈整体风格动律较统一,男女老少皆宜的群众自娱性循环 式的舞蹈有广泛的群众性。

鼓、铓、镲是舞蹈的三大主要伴奏乐器。舞蹈大部分使用道具,尤其是长刀,与景颇族的生活、生产、军事斗争有着紧密的联系,是景颇族男子在多种民间舞蹈中使用最广泛的道具。

景颇族民间舞蹈除目脑纵歌的脑双,金寨寨的舞者有特殊的服饰装束外,舞者均身着 日常服装。

景颇族民间舞蹈在经历很长的原始时期后,随着景颇族社会的变革,经济的发展,生产力的提高,在和邻近各民族的经济文化交流相互影响下,相应的也有所发展。不过这种发展演变多侧重于内容方面,在原有的艺术形式上加进了新的内容,如现在的格本歌、整歌中的农业生产和建房内容,反映的是景颇族社会进入初期农业社会的生产情况。也有一些舞蹈很少变化,如金寨寨、恩港斋等还保留着更多的原始艺术形态。

景颇族对外来文化既善于吸收也善于消化,南迁之后和当地的傣族、傈僳族、汉族等接触,他们不断吸收外民族的优秀文化艺术,用以丰富自己的民间舞蹈。整歌就是吸收借鉴了傣族的象脚鼓,而溶合到本民族舞蹈中,创造出景颇族风格特色的"象脚鼓舞"。同时象脚鼓还广泛用于其他景颇族民间舞蹈的伴奏。叮歌则是吸收了傈僳族的"弦子舞",融合景颇族自己的内容而形成的。外族文化的传入,为吸收借鉴提供了条件,这对景颇族的文化艺术发展有一定的积极意义。

(执笔:乔明昌)

# 目 脑 纵 歌

#### 

"目脑纵歌"是景颇族两种不同支系语言的合称,"目脑"为景颇语,"纵歌"为载瓦语, 汉语的意思都是大伙集体歌舞。目脑纵歌既是景颇族一年一度的传统盛大节日,又是集歌、舞、乐及宗教祭祀为一体的大型集体歌舞活动。

目脑纵歌历史悠久。关于它的形成,各地流传着多种口头传说,主要一说是:"在很远的古代,有一次太阳神过生日,邀请地上的万物去参加他们的目脑盛会,大地派遣百鸟前往祝贺,在太阳宫里亲眼目睹了目脑纵歌的盛况。在返回大地的途中,雀鸟们来到一棵大青树上憩息,见树上结满熟透的果子,非常高兴,于是大家推选孔雀做"脑双"(即领舞)跳起了目脑舞,举行了大地上第一次目脑纵歌。这一场面正好被景颇族的创世英雄宁贯娃看见,他顿时被百鸟热烈优美的歌舞所陶醉,便情不自禁地模仿鸟儿们的动作欢跳起来。然后又将目脑纵歌传播到人间。他把舞蹈队形图刻在一块特制的木板上,传授给了景颇先民。从此目脑纵歌活动便广泛流传在景颇族人民群众中,成了整个民族的传统节日盛会。

流传于陇川县的另一种传说:很早以前,天上有九个太阳,宇宙无昼夜之分,世间万物无法生存。为此,众生物派金雀到"站斯木嘎"(太阳王宫)请求太阳王只留一个太阳,并将昼夜分开,金雀在王宫盛大的舞会上得到了太阳王准许,大小金雀便在"康生样苦"(地名)跳舞庆贺。这一消息,为神精腊、神精农夫妇知晓,他们不远千里前来观看金雀的翩翩舞姿,然后发动景颇人,在"目脑样"(地名)举行首次目脑,全民欣喜,延续至今。

早先的目脑纵歌有杀牲祭神送鬼等宗教内容,祭祀色彩浓厚,并有等级之分,一种是官家跳的目脑纵歌。官家跳这种目脑纵歌是为了祭奉"木代鬼",木代鬼是最大的"家堂 1532 鬼",只是官家才有。这种目脑通常在官家进大门右边的小房子里(供有木代鬼桩)跳。而且要求很严,不能跳错,否则将给主人带来不吉利。

另一种是百姓跳的目脑纵歌,在室外举行,从参舞人数到舞蹈形式、动作都较之于官家的目脑纵歌随意得多。

以前的目脑纵歌种类很多,不同情况下跳不同内容的目脑纵歌。比较常跳的有以下几种:

- 1. 统肯目脑——传统(先祖传袭下来的历史习俗的一种表现形式);
- 2. 部党目脑——庆贺胜利;
- 3. 德如目脑——战争动员, 誓师出征:
- 4. 迷空目脑——团结友谊;
- 5. 席目脑---祭奠丧葬;
- 6. 束目脑---家产财物;
- 7. 公然目脑——弟兄分家:
- 8. 能探目脑——筹备暂师;
- 9. 腾亚突目脑——平整舞场地基:
- 10. 农肯然目脑——结婚。

上述种类在景颇族不同支系,地区中还有细微的差别,目脑纵歌尽管表现多种不同内容,但舞蹈的跳法、形式、动作基本一致。

建国后,景颇族统一了目脑纵歌的名称,并定为全民族一年一度的节日,于每年农历的正月十五日举行,一般举行两天或四天,忌单数。

目脑舞场通常选造在大而平的草坪上。为了纪念首创目脑纵歌的宁贯娃,在舞场中央要高竖"目脑柱"(也称"目脑示标"),一般由竖四、横二共六根柱加底座组成。柱上画有孔雀和犀鸟,以示领舞的"脑双";中间两根柱子的顶端,画有太阳,下面是目脑纵歌的舞蹈路线图;旁边的两根柱子顶端画有月亮。中间柱上画有喜马拉雅山山腾图,以示景颇族祖先的发源地。两旁的柱上画着许多农作物和家畜图,以示举行目脑纵歌活动,预祝民族兴旺发达。另有两把交叉的长刀图案,那是表示景颇族人的勤劳和勇敢。目脑柱不但汇集了景颇族的各种崇拜物,祭坛本身又展示了景颇族民间工艺美术和原始图案。在祭坛底座前方,架有牛皮大鼓,竹架上吊着数面大小铓锣。活动时,由十多个乐手击打鼓、铓,吹奏洞巴、竹笛为舞蹈伴奏,烘托气氛。

正月十五是目脑纵歌开舞的第一天。届时,村村寨寨的景颇男女老少,都身穿节日盛装,从四面八方汇集到舞场参加目脑纵歌,欢度自己的民族节日。邻近的傣族、阿昌、傈僳、德昂、汉族等各兄弟民族也纷纷前往参加,向景颇人民表示祝贺。舞蹈开始前,先举行仪式,鸣炮放枪,一时间,万众欢腾。成百上千的舞者,不分男女老少,按男前女后成两路纵

队,在两名头戴兜鍪、身穿龙袍的脑双率领下进入舞场。规模较大的目脑纵歌,要由一组目脑队将舞队带进舞场。目脑队由脑双两名、脑巴(排于脑双后的领舞)两名、中年妇女二至四人,少女二人组成。进场时,群众舞队和目脑队需相隔一定距离,脑双带队进场向目脑柱祭拜后,即可退出场外,由两名脑巴带队舞蹈。

目脑纵歌舞蹈动作较单一,主要以"目脑步"和"横移步"行进,落步沉稳有力,双膝伴之以富有弹性的屈伸,上身随步做顺拐摆动。参舞的男子每人持一把刀立于胸前,寒光熠熠的数百把长刀,构成威武雄奇的刀阵。女子双手持一块手帕或一把扇子作道具。舞蹈从始至终均以向前走动为主,在脑双或脑巴的带领下变换队形,以一个接一个的"裹菜心"队形裹进再转出,围着目脑祭坛逆时针方向绕场行进。队形规则有序,构成了自身独特的风格。舞者神情庄重,心态恭谨,长龙般的密集舞队有条不紊,展现出一种庄严肃然的美感。

目脑纵歌既跳也唱,载歌载舞,舞时鼓乐齐鸣,人们不断伴以"喔然然"的欢歌声。成千上万的舞者,以鲜明的节奏,踏着统一的步伐,开步向前,场面壮观宏大,气势非凡,表现了景颇族人民团结自信,奋发向前的精神。

舞时不断歌唱《目脑日阿》、《纵歌直》、《哦日阿戛》等歌曲。

# (二) 音 乐

伴奏乐器用牛皮大鼓一个,大铓一至二面,短象脚鼓一个,中铓一至二面或更多,中镲 一至二面或更多。乐器使用件数可视舞蹈规模大小而定。

锣鼓点

整理 春 雷(景颇族)

中速

<ul><li>罗 鼓</li><li>字 谐</li></ul>	[ 2 冬期	冬 癸來	冬寮	<u> 冬 察察</u>	
大 鼓	2 X	X	x	X	
大 铓	2/4 X	_	X	-	1
象脚鼓	2 X	X	x	X	Ī
中铓	2 X	x	x	X	Ï
镲	$\frac{2}{4} \times \times \times$	<u>x x x</u>	x xx	XXX	

# 目脑洞巴

传授 沙忠伟 (景颇族) 记谱 麻 腊 (景颇族)

1 = bB 中速  $\frac{2}{4}\dot{3} - |\dot{3} - |\dot{1}\dot{3}| \frac{\dot{3}\dot{2}}{6}| \frac{\ddot{6}}{6}| \frac{5}{5}| \frac{\dot{6}\dot{2}}{6}| \frac{\ddot{6}}{5}| \frac{5}{65}| \frac{\ddot{6}}{3}|$  $\dot{5}$  -  $\dot{5}$  -  $\dot{6}$  0  $\dot{3}$  -  $\dot{3}$  -  $\dot{1}$   $\dot{3}$   $\dot{2}$  $2 - \begin{vmatrix} \tilde{a} & 0 & | & \frac{\dot{3}}{5} & \frac{\dot{5}}{5} & \frac{\dot{3}}{2} & | & \tilde{6} & \frac{5}{6} & | & \frac{\dot{3}}{1} & \frac{\dot{3}}{2} & | & \tilde{6} & \frac{\dot{1}}{2} & \frac{\dot{3}}{3} & | & \tilde{6} & \frac{\dot{1}}{2} & | & \tilde{6} & \frac{\dot{1}}{2} & \frac{\dot{3}}{3} & | & \tilde{6} & \frac{\dot{1}}{2} & | & \tilde{6} & & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | & \tilde{6} & | &$  $\dot{2}$  - | 6 0 |  $\dot{3}$   $\dot{6}$  |  $\dot{3}$   $\dot{5}$  |  $\dot{3}$   $\dot{2}$   $\ddot{6}$  |  $\dot{3}$   $\dot{1}$  |  $\dot{1}$   $\dot{5}$  |  $\dot{3}$   $\dot{2}$   $\ddot{6}$  | 6 0  $|\dot{3}$  -  $|\dot{1}\dot{3}\dot{3}\dot{2}|^{2}$   $|\dot{6}\dot{5}\dot{5}|$   $|\dot{6}\dot{2}\dot{6}|$   $|\dot{5}\dot{6}\dot{5}|$   $|\dot{6}\dot{5}\dot{6}|$  $52 \ 36 \ | 52 \ 52 \ | 2 - | 2 - | 2 0 |$ 

迎 宾 曲

传授 麻 腊(景颇族)

 $1 = {}^{b}B$  中速  $\frac{2}{4} \underbrace{\dot{1} \dot{3}}_{1} \underbrace{\dot{1} \dot{6}}_{0} | \underbrace{65}_{0} \underbrace{36}_{0} | \underbrace{56}_{0} \underbrace{\dot{3}2}_{0} | \underbrace{\dot{1}6}_{0} \underbrace{56}_{0} | \underbrace{\dot{3}2}_{0} \underbrace{\dot{1}6}_{0} | \underbrace{65}_{0} \underbrace{36}_{0} |$ 

① "目脑",景颇族盛大的节日; "洞巴",景颇族民间木管吹奏乐器。"目脑洞巴"即用洞巴伴奏的目脑舞曲。

 $\frac{\dot{5}}{\dot{2}}$   $\frac{\dot{5}}{\dot{3}}$   $\begin{vmatrix} \dot{1}$  6  $\begin{vmatrix} \dot{6}$   $\dot{1}$   $\dot{2}$   $\end{vmatrix}$   $\begin{vmatrix} \dot{3}$   $\stackrel{\sim}{6}$   $\begin{vmatrix} \dot{2}$   $\stackrel{\sim}{6}$   $\begin{vmatrix} \dot{6}$   $\stackrel{\sim}{5}$   $\stackrel{\sim}{3}$   $\end{vmatrix}$   $\stackrel{\sim}{2}$   $\stackrel{\sim}{6}$   $\end{vmatrix}$  $\frac{1}{2}$   $\frac{\dot{3}}{3}$   $\frac{\dot{2}}{6}$   $\frac{\ddot{6}}{6}$   $\frac{\dot{1}}{2}$   $\frac{\ddot{6}}{6}$   $\frac{\ddot{6}}{6}$   $\frac{\dot{6}}{2}$   $\frac{\dot{2}}{6}$   $\frac{\dot{2}$  $\frac{\dot{3}\dot{3}}{\dot{3}} \ \underline{\dot{1}^{\dagger}\dot{1}} \ | \ \underline{\dot{6}\ \dot{1}\ \dot{6}} \ \underline{\dot{5}\ \dot{6}} \ | \ \underline{\dot{5}\ \dot{3}} \ \underline{\dot{1}\ \dot{6}} \ | \ \underline{\dot{5}\ \dot{3}} \ \underline{\dot{1}\ \ddot{6}} \ | \ \underline{\dot{5}\ \dot{3}} \ \underline{\dot{1}\ \ddot{6}} \ | \ \underline{\dot{6}\ \dot{1}\ \dot{2}}} \ \underline{\dot{3}\ \dot{6}} \ |$  $\frac{\tilde{6}}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{\dot{3}}{3}$   $\frac{\dot{2}}{5}$   $\frac{\dot{3}}{3}$   $\frac{\dot{6}}{6}$   $\frac{\dot{5}}{3}$   $\frac{\dot{3}}{6}$   $\frac{\dot{5}}{6}$   $\frac{\dot{5}}{6}$   $\frac{\dot{5}}{5}$   $\frac{\dot{5}}{2}$   $\frac{\dot{2}}{2}$   $\frac{\dot{5}}{3}$   $\frac{\dot{1}}{6}$  $\dot{2}$   $\ddot{6}$   $| \dot{\underline{2}} \dot{\underline{3}}$   $\dot{2}$   $| \ddot{6}$   $| \dot{\underline{1}} \underline{2}$   $| \underline{2}$   $| \dot{\underline{6}} \dot{\underline{1}} \underline{6}$   $| \dot{\underline{2}} - | \dot{\underline{2}} - | \dot{\underline{2}}$   $| \underline{2}$ 

目脑日阿

传授 孔 则(景颇族) 整理 杨锦和

### 纵歌直

传授 赵崩崩(景颇族) 记谱 陈致藩、李晴海 杨锦和

$$\frac{4}{4}$$
  $\dot{2}$  ·  $\dot{1}$   $\frac{676}{676}$   $\dot{5}$   $\dot{5}$   $\dot{4}$   $\frac{6}{4}$   $\dot{2}$  ·  $\dot{2}$  ·  $\dot{1}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{6}{5}$  ·  $\dot{5}$  |  $\frac{4}{4}$   $\dot{2}$  ·  $\dot{2}$  ·  $\dot{1}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{6}{5}$  ·  $\dot{5}$  |  $\frac{4}{4}$   $\dot{2}$  ·  $\dot{2}$  ·  $\dot{1}$   $\frac{4}{6}$   $\frac{6}{5}$  ·  $\dot{5}$  |  $\frac{4}{6}$   $\frac{2}{6}$  ·  $\dot{5}$  ·  $\dot{5}$  |  $\frac{4}{6}$   $\frac{6}{5}$  ·  $\frac{6}{6}$  ·  $\frac{1}{6}$  ·  $\frac{6}{1}$  ·  $\frac{1}{6}$  
歌词大意:

亲爱的人们, 我们又欢聚了! 筹备这纵歌大会作了天大的准备, 在天鬼桩<sup>①</sup>那里舞队又相逢, 亲爱的人们尽情地唱吧, 亲爱的人们纵情地跳起来吧!

① 天鬼桩:即舞场中央竖立的"目脑柱。"

### 哦 日阿 戛

传授 佚 名 记谱 陈致藩、李晴海 杨锦和

1 = F 中速

哥哥们,表哥们, 哥哥们,表兄弟们, 一起来跳哦日阿啊! 年青的人们, 我们一起来跳哦日阿吧

我们一起来跳哦日阿吧!

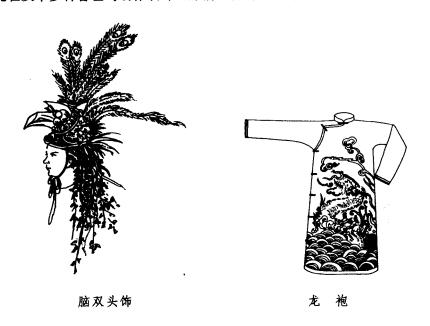
### (三) 造型、服饰、道具

#### 造 型



#### 服饰

1. 脑双 头戴兜鍪(用篾编成雀鸟头型),帽沿前方嵌插一犀鸟嘴,帽子上有野猪獠牙和孔雀及十多种各色鸟羽作装饰。穿前后绣有多龙的绸帛龙袍。

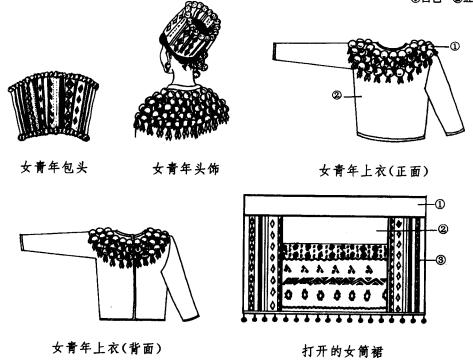


1539

- 2. 脑巴 服饰同脑双,但兜鍪上无犀鸟嘴。宽腿过膝裤(均为黑色),斜挎银链红筒帕。赤足。
- 3. 男青年 红绒球白布包头,穿无领对襟上衣,黑色大裆裤, 挂大红筒帕,长刀。
- 4. 女青年 头戴红色羊毛线为底色,用黄绿蓝等毛线织成图案的包头(图案不限),穿嵌有银泡、银片的黑色短上衣,各种彩色图案的红羊毛筒裙,戴银手镯,系红腰带,斜挎红筒帕。



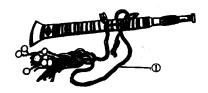
男青年头饰 ①白色 ②红绒球



- 5. 老年男子 白(或黑)布包头,其他衣饰同男青年。
- 6. 老年妇女 黑布包头,穿黑色右斜襟短上衣,黑毛简裙,扎红布腰带,斜挎简帕。

#### 道具

1. 景颇长刀 齐头钢刀,长约 80 厘米,木质刀鞘,刀把和刀鞘箍有银皮或铜皮(脑巴和脑双必须用银柄长刀)。



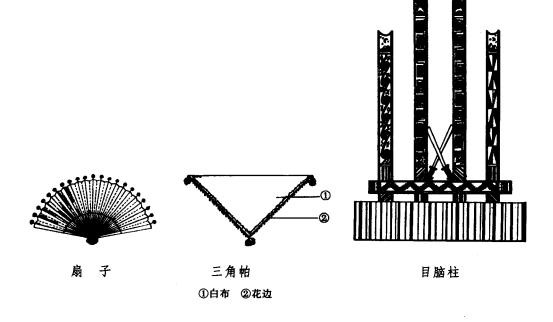
插入刀鞘的长刀



①②③均为黑色

长刀

- 2. 扇子 纸扇或绸扇,扇沿缀数个小绒球。
- 3. 三角帕 白布制成,两斜边镶有花边。缀有短穗,帕角处各缀有两个小绒球。
- 4. 目脑柱



### (四)动作说明

#### 道具的执法

- 1. 执刀 右手握刀把届时前抬,将刀立于右胸前,刀刃向前(参见"脑双造型图")。
- 2. 捏帕 双手指捏三角帕的斜对角,届时抬于右前(参见"女子造型图")。
- 3. 端扇 扇子打开,双手握住扇把,平端于小腹前。

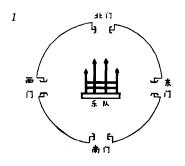
#### 基本动作

- 1. 目脑步
- 第一拍 右脚向前蹭一步,同时上身稍左转,面向左前方。
- 第二拍 脚做第一拍的对称动作,上身右转向前,眼视前方。

提示:要求每走一步双膝有弹性的屈伸一次,重拍向上,上身随脚顺拐摆动,以下动作均同此。

- 2. 横移步
- 第一拍 右脚向右横移一步。
- 第二拍 左脚靠向右脚。

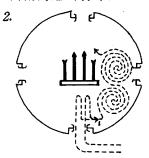
### (五) 跳 法 说 明



在宽阔平整的草坪上,用竹木围成一个圆形舞场,场中央置目脑柱,打击乐器置其前,场四周设东、南、西、北四道门(南门系进场门,其余三门专供舞者出入),舞蹈于圆场内表演。

该舞表演人数、性别、年龄不拘。表演前,众 舞者按男前女后依次排成两纵队,于南门外候 场,先由目脑队进行祭拜仪式。目脑队由十人组

成,按脑双、脑巴(各二人)、中年妇女(四人)、少女(二人)的顺序排为两行,位于众舞者之前。祭拜开始,打击乐手反复敲击,目脑队成员走"目脑步",男右手"执刀",每拍一次左、右脆转腕;女双手"端扇"或"提巾",随步前后摆动双肩,使肩上胸前银泡发出声响(以下各动作上身动作均同此,文略)。由两位脑双率领,进南门面向目脑柱成两竖排前行,依次至场中后再向后退行,退时动作不变,只是慢慢低头躬身,意为拜祭先祖。反复两次后,两位脑双由南门退出场外。



全体舞者走"目脑步"按图示路线行进至箭头1处插为单行(二位脑巴仍并排而行),由二位脑巴率领,交替走"目脑步"和"横移步"(何时变换步法由领头脑巴决定),围着目脑柱,逆时针方向反复走"裹菜心"路线,向里裹进时,舞者均面向圈里,向外转出时,均面向圈外。逐渐场内有数个"裹菜心"队形同时进行,最后首尾相接,无限

反复。舞至酣时,时有围观者分别从四个门进入舞场,任意插入队列参与舞蹈,但必须要随队行进,至红日西下时,领头脑巴可根据自己所处位置,就近将舞队从东(或西、北)门带出。此时,全天的目脑纵歌宜告结束。舞场设施不拆,以便第二天继续舞蹈。

传 授 木 二、金 明、吴国刚 (均为景颇族)

编 写 乔明昌

绘 图 孔繁功、杨小华、雷 莹

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛

# 整 歌

#### 

"整歌"系德宏景颇族载瓦支语,"整"是鼓,"歌"是跳。景颇语称"同嘎";泸水县茶山人称"支高",在茶山语中"支"是唱,"高"即跳,合起来就是"又唱又跳的歌舞"。整歌是景颇族为庆贺新房落成而举行的一种自娱性集体歌舞活动,意译可称"贺新房""跳新房"。德宏地区跳整歌用象脚鼓作伴奏,边敲边跳,故又称"象脚鼓舞"。泸水县茶山人跳整歌(支高),无伴奏,边唱《进新房调》边舞,进新房常庆三天,唱三天,唱词以庆贺新房落成,祝主人家人畜兴旺,五谷丰登为主,插入祖辈如何建房,如何与自然界搏斗的故事及自然景色、民间传奇等。

关于整歌,民间有这样的传说,远古时代的景颇先民不会盖房子,后来他们见到飞鸟搭巢,虎豹住洞,受到启发,并细心观察周围的动物。发现水牛骨架既大又结实,大象和水牛都有四支粗大的腿立着,就学着砍树来做柱子;看见牛肋骨一根根连着,学会了做椽子;看见牛毛又想到割茅草来铺在房顶上;见斑鸠做窝,学会了做楼楞,看见平展的江水,学会了铺竹板……阿公阿祖就这样盖成了经久耐用的茅草房。为了纪念先祖创立的业绩和表达新房落成时的喜悦心情,人们便围着新建成的房屋高兴得又唱又跳。经过漫长的时代演变,就逐步形成了整歌这套风俗性民间歌舞。

在景颇山寨,每当某户建成一幢新房,主人搬进新房的当天晚上,亲朋好友及近邻群众都要携带礼物,纷纷前来祝贺。新房主人要向来宾敬酒致谢,热情邀入新房内,宾主围着火塘共同欢歌舞蹈,并请民间老歌手以固定的《木占》曲调带领众人唱《贺新房歌》。泸水县茶山人演唱古老的《进新房调》,人们以欢庆的场面相互祝愿,追述赞颂景颇先民的功绩。

跳整歌不分男女,舞者围成圆圈,逆时针方向舞动。舞蹈要先在新房外的院场跳,然后再进到新房内跳,每间房都要跳到,往往要跳个通宵。德宏地区的景颇族跳整歌时,用象脚鼓、铓、镲为舞蹈伴奏,象脚鼓手并在队前率众领舞。泸水县跳整歌是按《进房调》的音乐节拍边唱边跳。

浪速支建房则多跳"直歌"。直歌和整歌有所不同,直歌以演唱为主,而整歌以舞为主。 浪速支的整歌,在跳法上与载瓦相同,但在跳时增加了一种叫做"督数"的游戏,由一青年 手持竹盘,到圈中舞动,然后领舞的象脚鼓手,至中间与他共舞一段。而后持竹盘的青年跳 至每人面前舞动,每人即随意掏出少许零钱,再把钱集中起来,买酒大家喝。

整歌的舞蹈语汇较为丰富,风格浓郁,程式规范,并有具体的表现内容,舞蹈动作多为"横移步","提脚步"、"左交叉步"等。节奏慢而均等,节拍强弱分明,多数是一拍做一个动作,一个动作为一个舞姿造型。动力腿每出步起脚,主力腿随之每拍屈伸一次,舞蹈动律主要表现在双膝沉缓有力的屈伸上,舞姿有明显的起伏特点,象脚鼓手和镲手的二人对舞动作与众不同,有相互勾脚、靠肩、踏步碾转等动作,双膝屈伸幅度加大,有韧性,落步沉稳有力,舞姿形态圆润松沉。

### (二) 音 乐

					锣	鼓		点					
		慢速	_						传授 记谱	春春	雷(引雷(引	景颇族) 景颇族)	
<b>锣</b> 鼓字 谱	$\frac{2}{4}$	*	切		冬	切		冬	切		冬	切	1
	2 4	X	-	1	x	-		X	+ + + x x x - x		x	-	#
铓	2 4	X	-		x	-	1	x	-		x	-	1
镲	2 4	<b>X</b>	<u>x x</u>	1	<b>X</b>	<u>x x</u>		X	<u>x x</u>		×	<u>x x</u>	#

曲谱说明:短象脚鼓谱中 "x"为右手握拳击鼓面; "x"为右手四个手指击鼓面外圈。

### 进新房调

传授 德 呛(景颇族) 枪 怒(景颇族)等 记谱 志 姜、蔡何英(傈僳族)

1 = C 中速稍慢

### 贺 新 房

传授 刀老大(景颇族) 整理 杨锦和

1 = E  

$$\frac{6}{8} \stackrel{.}{\underline{5}} \stackrel{.}{\underline{6}} \stackrel{.}{\underline{1}} \stackrel{.}{\underline{6}} \stackrel{.}{\underline{5}} \stackrel{.}{\underline{3}} | \stackrel{i}{1} \stackrel{.}{\overset{.}{\overset{.}{5}}} \stackrel{.}{\underline{5}} . | \frac{9}{8} \stackrel{32}{\underline{32}} \stackrel{.}{\underline{5}} . \stackrel{.}{\underline{5}} . | \stackrel{.}{\underline{5}} . \stackrel{.}{\underline{5}} . | \stackrel{.}{\underline{5}} . \stackrel{.}{\underline{5}} . |$$
(央 哎 央 哎 ウ

 $\frac{6}{8}$   $\frac{16}{16}$   $\frac{65}{16}$   $\frac{65}{16}$   $\frac{1}{16}$   $\frac{1}{1$ 

0. 0. | 0. 0. |  $\frac{9}{8}$   $\stackrel{.}{\underline{3}}$   $\stackrel{.}{\underline{5}}$   $\stackrel{.}{\underline{6}}$   $\stackrel{.}{\underline{6}}$   $\stackrel{.}{\underline{5}}$   $\stackrel{.}{\underline{3}}$   $\stackrel{.}{\underline{2}}$   $\stackrel{.}{\underline{i}}$  |  $\frac{6}{8}$   $\stackrel{.}{\underline{6}}$   $\stackrel{.}{\underline{5}}$   $\stackrel{.$ 

 $\frac{9}{8}$  0. 0. 0.  $\left|\frac{6}{8}$  i.  $\frac{\dot{2}}{2}$  i 6  $\left|\frac{6}{5}$  5 5  $\left|\frac{9}{8}$  5 0 0. 0.  $\right|$  (哎) 四方 亲戚请三 次,

6 i i 65 6 | 5 5 5 5 | 1 1 0. ∥ 八方朋友要去请三 回。

### (三) 服饰、道具

#### 服饰

男、女舞者服饰均同"目脑纵歌"中的男、女青年。

### 道具

- 1. 中象脚鼓(见"统一图")
- 2. 镲 一副,镲面直径 30 厘米。
- 3. 中铓、铓槌(均见"统一图")

### (四) 动作说明

### 道具的执法

1. 挎鼓 鼓带背于左肩,将鼓带横于身左,左手扶鼓沿。1546

- 2. 握镲 将镲中红绸绕手一周,五指扣住镲背。
- 3. 提铓 左手提铓于胸前,右手握铓槌。

#### 基本步法

1. 横移步

准备 双腿微屈,自然站立,胯稍前顶,上身略后坐(此姿态称"起式",以下各动作准备均同此,文略)。

第一拍 右脚向右迈一步,直腿收胯,同时上身稍前俯微左拧。

第二拍 左脚靠向右脚,收胯直腿,上身稍前俯转向正前。

提示:每拍的后半拍均做"起式",双膝屈伸形成上下起伏,柔和而有韧性,舞姿松弛下沉。以下各动作均同此,文略。

2. 前提脚步

做法 左腿勾脚向前擦出,顺势屈膝前提起,同时右膝屈伸一次,上身微前俯,眼视前下方(见图一)。起右腿时动作与之对称。

提示:向旁屈膝提起称"旁提脚步"。

3. 蹉脚步

准备 脚站"小八字步"双腿直立,脚跟稍抬。

第一拍 前半拍,左腿屈为重心,右屈腿勾脚(脚跟前顶)向前擦地顺势向右划小半圆,上身稍前俯左倾,眼视前下方。后半拍时同准备姿态。

第二拍 右腿收回成"小八字步",接做第一拍的对称动作。

4. 左交叉步

第一拍 前半拍,左腿直膝迈至右前,双腿交叉直立,上身前俯,双手自然下垂(见图二)。后半拍,腿位不变做"起式"。

第二拍 右脚向右迈一步。



图一



图二

#### 基本动作

1. 双膝屈伸

准备 脚站"小八字步",鼓手"挎鼓"、镲手双手"握镲"、铓手"提铓"。

第一拍 屈膝、重心移至右脚,左脚跟抬起,上身右倾左拧,右肩前送,右手击鼓,左手下压使鼓尾稍翘,眼视前下方(见图三)。后半拍恢复准备姿态。

第二拍 做第一拍的对称动作。

提示:"执镣"或"提铓"者,在鼓手击鼓时,亦敲击一下各自道具。如徒手做,则双手自然下垂随身体晃动。以下各动作仅以鼓手或镣手为例,要求均同此。

#### 2. 踏步蹲碾转

第一拍 左脚向右前迈步成右"踏步全蹲",上身前俯左拧,双手于身左击镲,眼视左前下方(见图四)。



图三



图四

第二拍 保持上身姿态,双腿半蹲。以左脚为轴心,双脚掌向左碾转四分之一圈,双手击镲一下。

第三拍 脚位不变成全蹲做第一拍动作。

第四拍 同第二拍。

3. 崩说(开路)

第一拍 右脚向右走"横移步",屈腿做"双膝屈伸"的第一拍动作。

第二拍 做"双膝屈伸"的第二拍动作。

第三~四拍 动作同第一至二拍。做时,双脚向右稍挪动。

4. 期勒胆堵(提一次脚)

第一拍 面对圆心,右脚向右走"横移步"。

第二拍 左腿做"前提脚步"。

第三拍 左脚向右落下,顺势右转半圈,背对圆心。

第四拍 右脚做"前提脚步"。

提示:每拍击鼓(镲、铓)一下,以下各动作均同此,文略。

5. 贝浓帮(迎接客人)

第一拍 背对圆心,左脚向左做"横移步",屈膝做"双膝屈伸"的第二拍动作。 1548 第二~五拍 做"双膝屈伸"两次,每次的第一拍动作幅度稍大于第二拍。

第六拍 右脚向左上一步, 顺势向左转半圈。

第七~十六拍 做五次"双膝屈伸"。每次的第一拍时,上身前俯幅度加大,使象脚鼓 尾向上翘起。

6. 喏列(表示感谢)

第一拍 双脚自然站立,双膝屈伸一次,上身稍左拧前俯,眼视前下方,意为行礼。

第二拍 双膝屈伸一次,起上身,眼视前方。

第三~八拍 重复第一至二拍动作三次。

第九拍 左脚前伸踏地一下,重心在右脚,上身稍后仰,眼视前上方。

第十拍 做"左交叉步"的第一拍动作。

第十一拍 右脚上步靠拢左脚,起上身,眼视前方。

7. 起依胆堵(提两次脚)

第一拍 右脚向右做"横移步"。

第二~三拍 左脚做两次"前提脚步"。

第四拍 左脚向右落下顺势右转半圈。

第五拍~六拍 右脚做两次"前提脚步。"

8. 依党林(面对面跳)

第一~二拍 做"双膝屈伸"的第一拍动作。

第三~四拍 做"双膝屈伸"的第二拍动作。

第五拍 右脚做"前提脚步"。

第六拍 右脚落于左脚旁,后半拍做"起势"。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

提示:屈膝速度快而有力,下屈后稍有停顿。

9. 贡岭(告别)

第一拍 左肩对圆心,右脚向前上一步,上身稍右拧前俯,眼视前下方。

第二拍 上身保持姿态,左脚靠向右脚成左"丁字步"。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

#### 双人对舞动作

动作一

准备 甲"挎鼓"、乙双手"执镣",两人面相对,每拍敲击一下鼓、镲。

(以下以甲为例、乙做对称动作。)

第一~四拍 做"踏步蹲碾转"向左自转一圈。

第五拍 勾右脚屈膝旁抬,左腿直立为重心,上身左拧右倾,送右肩与对方相对,同时击鼓一下,眼视右脚。

第六拍 右脚向右旁落地,上身顺势右转成二人面相对,后半拍做"起势"。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

第九~十二拍 重复第五至八拍动作。

动作二

做法 甲、乙背相靠做"蹉脚步"四次。

动作三

准备 甲乙平行反向"小八字步"站立,右肩相对。

第一拍 右脚向右前上一步,身体顺势左转成左"丁点步"(胯稍前顶,腿深**蹲**),二人后背右侧相靠,上身稍后仰。

第二拍 重心移至左脚,同时右转身成二人面相对,做第一拍对称动作,只是双腿稍屈。

提示:做此动作时,可保持第一拍姿态,双腿屈伸两次。

动作四

准备 甲、乙平行反向站立,右肩相对。

第一拍 二人右腿同时做"旁提脚步"后,双方右脚勾起 互扣,或脚跟相靠,同时上身右倾,右肩互对,目视右脚(见图 五)。

第二~五拍 保持姿态,双方左腿每拍屈伸一次。

第六拍 左腿稍屈为重心,右勾脚旁点地。

提示:第二至五拍动作时,上身可左倾,亦可从右倾变为左倾,随意性较强。



图五

#### 泸水县整歌动作

第一拍 右腿做"前提脚步",上身微后仰,双手自然前摆,眼视前下方。

第二拍 右脚向右重踏下成"大八字步",稍**蹲**,上身稍前俯,双手自然后甩,眼视前下方。

第三拍 做第一拍的对称动作,只是上身不后仰。

第四拍 左脚重踏于右脚旁成"小八字步"稍蹲,双手后摆,上身微前俯,眼视前下方。 第五~八拍 重复第一至四拍动作。

第九拍 左脚做"前提脚步"(腿提高一些)。双手自然前甩,眼视前方。

第十拍 做"左交叉步"上身稍前俯,双手后甩,眼视右前方。

第十一拍 做第九拍的对称动作。

第十二拍 右脚踏于左脚旁成"小八字步"稍**蹲**,上身微俯稍左拧,双手自然前甩,眼视前方。

1550

第十三~十五拍 右脚起向右做"横移步",双手先后再前自然摆动。 第十五拍时上身稍前俯微右拧,面向右前方。

第十六拍 左脚做"前提脚步",双手后甩,眼视左脚。

第十七拍 右膝屈为重心前顶膀,左脚前伸以全脚掌拍地一下,双手向前下方用力甩出,面向右前方,上身稍后仰,眼视前下方(见图六)。

第十八拍 左脚收回双腿伸直,双手自然后甩,眼视右前方。

提示:第九至十八拍的动作需反复多遍。



图六

### (五)跳 法 说 明

整歌是主人乔迁新房之日的当晚,在主人家院中和屋内跳的自娱性舞蹈。舞者人数不限,男女不拘,身穿景颇民族服装(见"景颇族服饰图")。舞时众人围成一个圆圈(人数少时则成半圈),或互"拉手"或双手自然摆动,边做动作边逆时针方向不停转动。

德宏地区表演的"整歌",由鼓手"挎鼓"、镲手"握镲"、铓手"提铓"边舞蹈边每拍敲击一下为舞蹈伴奏,按鼓手、镲手、铓手、众舞者顺序走成圆圈(或半圈),先在院中跳,继而由鼓手率领进屋内跳。每间新房均要跳到,然后仍返至院中继续舞蹈。动作的变换、反复的次数,均视鼓手而变。在舞蹈过程中,鼓手和镲手可至圈中跳"双人对舞"。

泸水县表演的"整歌"(当地人称"支高"),是边唱《支高》(进新房调)边按曲调节奏舞蹈,一般先由男性德高望重者领唱,男女主人或宾客合之,从院中到屋内,载歌载舞,尽兴而归。

传 授 木 二、李智良、崩 绍、德 呛 崩 呛、勒墨三、枪 怒、腊 则、课 堂 (以上均为景颇族)

编 写 乔明昌、志 姜、蔡何英(傈僳族)

资料提供 邬兴家(彝族)、杨复秀(傈僳族)

崩 江(景颇族)、李孔杨、昌 绍(景颇族)

绘 图 赵拉拉

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛

# 格 本 歌

### (一) 概 述

"格本歌"系德宏地区景颇族载瓦支语,景颇语称"格本董",泸水县茶山人称"戈板高"。这是景颇族普遍流传的一种丧葬舞蹈。丧葬舞限于丧事活动期间跳,平时跳这种舞蹈视为不吉利,且死者必须是正常病故的老人,景颇人称"老死"。

景颇族跳格本歌的风俗由来已久,德宏地区的景颇族有这样的民间传说;很久以前,景颇人还不会跳格本歌。人死后,不知如何处理,只会伤心哭泣。人的哭声传到天上,天帝便派神仙以蒙毛龙到人间帮助景颇人。以蒙毛龙来到景颇山,没有死人,他就用簸箕罩着一条四脚蛇,领着大家围着簸箕跳起了格本歌。景颇人学会了,就一代代流传下来。

茶山人传说跳格本歌有这么几种源由:一是很早以前,祖先们为了祭奠战争中阵亡的亲人,安抚死者的灵魂并立暂雪恨;二是通过这一歌舞活动,将亡人灵魂送回遥远的北方——景颇人的故土,和祖先的灵魂团聚;三是认为人死后,还有鬼魂附体,为了让死者的灵魂不要脱离躯体去害人,不要让鬼神恶怪祸害世人,人们相信,只要敲响金属制品的铓锣,可以驱鬼避邪,跳格本歌既可驱除恶鬼,又可安魂送鬼,还能解除治丧时的沉痛心情。

德宏地区的景颇族,老人死后,家人立即到门外对空鸣枪,向亲邻报丧,死者如是男性鸣单数,如是女性鸣双数。亲邻听到噩耗就备办礼物纷纷到死者家悼念,向死者家属表达慰问之情。天黑以后,妇女们都穿上漂亮的衣服,不分男女老少成群结队地到主人家参加守灵,聚集于正堂内,绕着房间跳格本歌,一般要通宵达旦地跳三个晚上。夜间守灵的主要活动内容就是跳这种丧葬舞。舞时众人围成圆圈逆时针方向运动。由善歌能舞,熟悉动作套路的能手(景颇语称"蹦塌"、"蹦拉",也称"勒芝")在队首带头领舞。铓是舞蹈的伴奏乐1552

器,也是道具,有大、中、小三面(有的地区为大中两面,大铓是"公铓",中铓是"母铓"),由 三个男性各持一面,在舞队中边击边舞。其余舞者每人持一短棍,棍有木棍和竹棍两种,持 棍法也有两种,一种是单手握,另一种是双手握。

德宏格本歌动作大同小异,风格基本一致,但各地反映的内容不尽相同,大致有以下 三个方面:

- 一是模仿旱地农业生产,从砍地开荒到收获的主要生产程序,如砍地、挖地、撒种、砍豆架、插豆架,守地撵雀等,以及种江豆,种饭豆、种旱谷、种棉花等;
- 二是模仿丧事活动和建盖房屋时的各种劳动动作,如看病人、向遗体造别、锯木料、做棺材、起棺、看地基、砍竹子、挖洞、竖柱子,上茅草等;
- 三是模仿人们日常生活的劳动动作,如磨刀、踩螃蟹、春谷子、淘米、架锅、烧火、搅饭等。

以上三方面内容中,以表现旱地农业的劳动动作最多。

格本歌舞蹈的双脚动作较单一,多数组合的前几拍均重复几个基本舞步,组合的变换主要表现在双手动作上。

泸水县的茶山人是鸣铓报丧。死者在未入棺前要停放在堂屋前。此时格本歌一般在房外场院绕圈跳,只在每天的黄昏和天亮时,才分别进堂屋前绕尸跳几圈。伴奏乐器一般是用四面铓,大的两面,小的两面。民俗认为大的两面是公的一面,母的一面,小的两面是铓的子女。

格本歌是景颇族民间舞蹈中舞蹈语汇最丰富的祭祀舞蹈,和景颇族的经济生产有密切联系。但格本歌的舞蹈形式很单一,从头到尾只是集体环舞的形式,没有其他的队形变化。从格本歌丰富的表现内容和简单的舞蹈形式可以看出两者之间的一种不协调性。作为一种治丧祭祀舞蹈,它的产生和景颇族信仰原始宗教巫术活动有关,而且要早于和舞蹈内容有关的农业社会之前,农业社会的丰富生产内容是后来逐步吸收到舞蹈中的。由于具有丰富生产劳动内容而在丧葬活动中跳,所以舞蹈活动既有娱丧的情趣,同时也残留着浓厚的祭祀色彩。

格本歌由于是集体环形舞蹈形式,动作要求统一,人体上身俯仰幅度较大,所以舞者 均面对圆心,相互对视而舞。为使舞队能持续逆时针方向运动,舞步多用横向移步,或原地 跺脚、左交叉步、踏步等。

### (二) 音 乐

铓 点 一

传授 春 雷(景颇族) 记谱 春 雷(景颇族)

慢速

大 铓 
$$\begin{bmatrix} \frac{2}{4} \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X} & | \times \hat{X$$

曲谱说明,该锣鼓点流行于德宏州,谱中三面铓音高不同,大铓与中铓相差约大三度,与小铓相差约纯五度。下同。

铓 点 二

传授 崩 绍(景颇族)、崩 江(景颇族) 课 堂(景颇族) 记谱 志 姜、欧国清(傈僳族)

中速稍慢

曲谱说明:该锣鼓点流传于泸水县。

### (三) 服饰、道具

#### 服饰

男、女舞者服饰均同"目脑纵歌"中的男、女青年

#### 道具

- 1. 铓 三面。大铓直径约 50 厘米、中铓约 30 厘米、小铓约 18 厘米(见"统一图")。 铓 槌长约 30 厘米(见"统一图")。
  - 2. 竹片、木棍、竹筒 均长约 30 厘米,其中竹筒直径约 3 厘米。

### (四)动作说明

#### 道具的执法

- 1. 提铓、执铓槌 右手执铓槌,左手提铓柄。
- 2. 挂铓 铓面向前挂于胸前(见图一)。
- 3. 端棍(或竹片、竹筒) 双手松握拳,用拇指和食指夹棍两端(见图二)。



图一



图 一

- 4. 单握棍 拇指和食指夹握木棍一端。
- 5. 竖握棍 双手左低右高握棍中下端。

#### 基本步法

横移步、起式、前提脚步、左交叉步、双膝屈伸均同《整歌》同名动作。只是做"双膝屈伸"时,前半拍直腿,后半拍屈膝。

#### 基本手势

1. 右推摆

做法 双手"端棍"屈肘抬于腰前。向右前方平摆出,右手在右前,左手贴近腹部,反之称"左推摆"。

2. 左平摆

做法 双手"端棍"屈肘上抬于腹前,经前方划向左侧。反之称"右平摆"。

3. 上抬势

做法 双手"端棍"于腹前,然后屈肘上抬于胸前,上身微仰。

4. 下拉势

做法 接"上抬势",然后上身前俯,双臂顺势向下垂直"端棍"(见图三)。



#### 图 =

#### 动作套路之一

1. 七拍步

准备 双手做"单握棍"自然站立。

第一拍 左脚起做"左交叉步",同时双手做"下拉势",双棍交叉(见图四)。后半拍立上身,并做"起式"。

第二拍 右脚向右做"横移步",同时双手做"上抬势",双棍相交(见图五)。



图四



图五

第三拍 右脚向后退半步,双手同时做"下拉势"。

第四拍 左脚后退半步成"小八字步",同时双手做"上抬势",上身稍右倾微后仰,眼视前下方。

第五拍 做"双膝屈伸"第二拍动作,同时双手做"下拉势",上身前俯稍右拧。

第六拍 做"双膝屈伸"的第一拍动作,同时双手做"下拉势",上身前俯稍左拧。

第七拍 重复第五拍动作,右脚稍向前挪一小步。

提示:此动作后半拍均做"起式"(双脚位不拘)形成上下起伏的动律。以下各动作均同,文略。

1556

#### 2. 八拍步

第一~三拍 同"七拍步"的第一至三拍。

第四拍 做"双膝屈伸"的第一拍动作,同时双手做"上抬势",上身稍左拧后仰。

第五拍 左脚后退半步成"小八字步"稍开,同时双手做"下拉势"。

第六拍 右脚向前上半步跺地,顺势做"双膝屈伸"的第二拍动作,同时双手做"上抬势"。

第七拍 脚做第五拍的对称动作,手做"下拉势"。

第八拍 做"双膝屈伸"的第一拍动作,同时双手做"下拉势"。

3. 六拍步

第一拍 右脚向右做"横移步",双手自然后摆,上身稍前俯微左拧。

第二拍 左脚做"前提脚步",上身稍前俯微右倾,双手自然前摆。

第三拍 左脚落于右脚旁,成"小八字步"稍开,同时双手做"下拉势"。

第四拍 脚做第二拍的对称动作,双手自然前摆。

第五拍 脚做第三拍的对称动作,同时双手做"下拉势",上身前俯稍右拧。

第六拍 左脚靠向右脚,双手自然前后摆动。

提示:以上套路按顺序反复做。

### 动作套路之二

1. 滚舍(开始)

准备 双手"端棍"自然站立。

第一~二拍 右脚起向右做"横移步",同时双手依次做左、右"推摆势"。第一拍时,上身稍前俯左拧微右倾,第二拍与之对称,并且手位略低些。

2. 约鸟(看地)

第一拍 右脚向右做"横移步",左手松开,右手"单握棍"自然后摆,左手自然下垂,上身稍前俯。

第二拍 左脚向前上半步,右脚为重心,右手随身体自然摆动。

第三拍 左脚稍向左挪动,右手"单握棍"(棍尽量保持平行)做"左平摆势"上身稍前俯微左拧。

第四拍 左脚做"左交叉步",同时右手做"下拉势"(参见图四)。

第五拍 右脚上步于左脚旁,同时右手做"上抬势"。

3. 保起囊(踩螃蟹)

第一拍 右脚向右做"横移步",双手"端棍"于胸前,稍前伸向下划弧线收于腹前(此动作以下称"下回拉式"),上身前俯,眼视前下方。

第二拍 左腿向右前伸出,以前脚掌着地,右腿为重心,上身微前俯稍左倾,双手做"左推摆势",眼视双手。

第三拍 保持姿态,左脚直膝稍向左移,双手同时做"左推摆势"。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五~六拍 双手"端棍"做"约鸟"的第四至五拍动作。

4. 约丙(砍地)

第一拍 右脚向右做"横移步",左手松开,右手保持姿态做"左平摆势",左手自然下垂,上身稍前俯微右倾。

第二拍 双腿原地屈伸一次,同时右手做"右平摆势",上身略前俯微左倾。

第三~四拍 脚位不变,其它同第一至二拍。

第五拍 右脚向后踏下,右手做"下拉势"。

第六拍 做"双膝屈伸"的第一拍动作,右手做"上抬势"。

第七~八拍 同"约鸟"的第四至五拍。

5. 约开(挖地)

第一拍 双手由"端棍"变为"竖握棍"向右前抡起,上身稍右转眼 视手(见图六)。



图六

第二拍 双手向左前方推出,棍尖对左上方,上身左转对前方。

第三拍 双手收回胸前。

第四拍 同第二拍。

第五~八拍 同"约丙"的第五至八拍动作。

提示:第一至四拍时脚做"约丙"的第一至四拍动作(以下动作均同,文略)。

6. 谷散(撒种)

第一拍 右手"单握棍"向右前方平划似抛撒物品状,左臂屈肘,手端于腰前。

第二拍 右手平划至左前方。

第三~四拍 手做第一至二拍的动作。

第五~八拍 做"约丙"的第五至八拍动作,最后半拍时,右手将木棍插进后腰带。

7. 桌砍(守地撵雀)

第一拍 右手手心朝上向右前方伸出,左手端于胸前,眼视右手。

第二拍 双手于胸前拍掌两次。

第三~四拍 双手做第一至二拍的动作。

第五~八拍 脚同"约丙"第五至八拍动作,双手随脚步前后自然摆动。后半拍时右手 1558

#### 从后腰带将镲拿出。

8. 谷仰(割谷子)

第一拍 右手"单握棍",左手虚握拳在上,双手从右始经上方划至 左腹前,身体稍右转微前俯(见图七)。

第二拍 右手向右胯旁拉回(似割谷状),左手原位不动,上身略前俯徼右倾。

第三~四拍 双手做第一至二拍的动作。

第五~八拍 同"约丙"的第五至八拍。

9. 谷把(打谷子)

第一拍 双手"竖握棍"经右后向前抡一圈,顺势朝左前下方打下,上身随手转动,先 右拧后前俯。

第二拍 双手做第一拍的对称动作。

第三~四拍 双手做第一至二拍的动作。

第五~八拍 同"约丙"的第五至八拍。

提示:后半拍屈膝向前抡棍,正拍直膝,双手向左前方打下。

10. 谷羊(簸谷子)

第一拍 右脚向右做"横移步",双手"端棍"做"左平摆",上身稍前俯右拧。

第二拍 前半拍做"双膝屈伸"第二拍动作,双手做"右平摆",上身微前俯右拧稍左倾。后半拍时,直腿踮脚,双手"端棍"收至胸前,身体顺势左转(转时上身稍右倾)。

第三拍 前半拍,双腿屈成左"丁点步",同时双手"端棍"摆向身左,上身稍右倾左拧, 舞者发出"诗"之呼声。后半拍同第二拍后半拍动作,只是身体右转。

第四拍 同第三拍。

第五拍 双膝立直,双手做"上抬势",顺势右转身成右"前点步"。

第六~七拍 做第三至四拍的对称动作。

第八~九拍 双膝原地屈伸两次,双手做第一至二拍的动作。

第十~十三拍 同"约丙"的第五至八拍。

11. 谷稳(背谷子)

第一拍 右脚向前上半步,同时双手"竖握棍"打向前下方。

第二拍 左脚上至右脚旁,双手将棍扛于左肩。

提示:做此动作时左肩对圆心。



图七

#### 12. 谷同(春谷子)

第一拍 右脚退一步,双手"握棍"向右抡起(棍尖向后),上身稍右拧,眼视手。

第二~六拍 双手"竖握棍"向前下方直春下,上身顺势前俯,然后,双膝屈伸四次,双 手连春四下。

第七~十拍 同"约丙"的第五至八拍。

#### 泸水格本歌动作

1. 行进步

第一拍 右脚向右做"横移步",双手"端棍"做"右推摆",上身稍前俯微左拧,眼视木棍。

第二拍 左脚踏在右脚旁,手及上身动作与第一拍对称。

2. 祭魂

第一拍 左脚向后重踏下(以下每一步均重踏,文略)同时双手做"右推摆",面向正前,后半拍双手收至腰前并屈膝。

第二拍 右脚向后踏于左脚后成左"丁字步",双手做"左推摆",上身稍前俯右拧。

第三拍 右脚向右走"横移步",双手向上划弧线收于腹前(以下称"上回收式"),面向右前方,眼视尸、棺。

第四拍 左脚踏于右脚后成右"丁字步",双手做"下回拉式"至腹前,上身微俯。

第五拍 左脚做"左交叉步",同时双手做"下拉势"。

第六拍 右脚踏于左脚旁成"小八字步",双手做"上回收式",面向前方。

第七拍 右脚向右前上一步,双手做"右推摆",上身稍向右前倾,眼视右下方。

第八拍 右脚收回原位,双手做"左推摆",上身立直。

第九拍 右脚向右做"横移步",双手做"下回拉式",上身微前俯,收腹,面向右前方。

第十拍 左脚靠向右脚,上身立直,面向前方。

3. 绕棺

准备 左手"提铓",右手"执铓槌"。

第一拍 右脚向右做"横移步",同时右手击铓一下(以下称"击铓"), 上身稍前俯左拧。

第二拍 左脚做"前提脚步",同时"击铓"一下,上身稍前俯微右倾(见图八)。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五~六拍 做第一至二拍的对称动作。



图八

1560

第七拍 右脚做"旁提步"收至左小腿前,左膝立直,上身前俯左拧, 同时"击铓"一下(见图九)。

第八~九拍 同第一至二拍。

第十拍 左脚做"左交叉步",上身前俯,同时"击铓"一下。

第十一拍 做第二拍的对称动作。

第十二~十三拍 同第一至二拍。

第十四拍 做第一拍动作,只是右脚向右后退一步。

第十五拍 做第七拍的对称动作。

第十六拍 同第二拍。

第十七~二十二拍 同第十至十六拍。



图九

## (五) 跳 法 说 明

德宏地区的景颇族都在守灵期间的夜晚跳格本歌,通常是通宵达旦地跳,中间可稍事休息。一般要跳三至四个通宵,舞者性别、人数不拘,在亡者家正堂屋里围圈而舞。舞队由熟悉动作套路的老手领头,动作的变换均由他指挥,持大铓、中铓、小铓者依次相跟,他们脚下动作同众舞者,还要按"铓点一"击铓为舞蹈伴奏;众舞者双手"端棍"成单行尾随其后。全体舞者边做动作边逆时针方向反复转动,当另一面小铓加入伴奏时,即向众人宣布,天亮了,鸟叫了,舞蹈亦即将结束。

泸水县跳格本歌时,分别于室外、室内、送葬途中和墓地进行,死者未入棺前在院中绕尸跳,称"收魂";黄昏和天亮时,于堂屋前跳几圈,称"祭魂";死者入棺后,于室内绕棺而舞;送葬途中,由持铓者在队前鸣铓开道,众舞者单、双行自便边行边舞,至墓地。下葬前,再次绕棺起舞,通常围绕男尸跳九圈,围绕女尸则跳八圈,参舞的男女人数不限,由提大铓者领头,然后是提中铓、小铓者。三人脚下动作同众舞者,还要按"铓点二"击铓为舞蹈伴奏。众舞者双手或"端棍"或"夹握棍"尾随其后,无棍者时而徒手起舞,时而将右手搭于前者肩上(左右肩均可),全体围尸(或棺)而舞,并逆时针方向不停转圈,动作随提大铓者而变。如人数众多,场地狭小,圆圈可组成内外双行,动作幅度相应缩小,舞者亦可朝逆时针方向,眼看棺(或尸),双手扶前者腰间只做脚下动作舞动。

"行进步"多用于祭魂、绕棺、收魂。

"祭魂"是在收魂、祭魂时所跳。

0.0

"绕棺"是在祭魂或出殡过程中跳,多由男性表演。此外,徒手者亦可合着节拍(动律不变)做一些模拟生产、生活的动作,动作间没有固定的顺序,有较大的随意性。

传 授 李智良、木 二、崩 江 崩 绍、克记多、付记卖 勒墨三、腊 则、课 堂 (以上均为景颇族)

编 写 乔明昌、志 姜、蔡何英(傈僳族)

绘 图 赵拉拉

资料提供 邬兴家(彝族)、杨复秀(傈僳族)

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛

# 龙 洞 歌

### (一) 概 述

"龙洞歌"系景颇载瓦支语,景颇语称"恩寺恩康",意即"长矛舞",是景颇族传统的丧葬舞蹈之一。在景颇社会中,如有三代同堂的老人、生前在村寨中享有较高的威望,儿孙后辈兴旺发达、生活宽裕,自然病故后,在丧事活动中不仅跳"格本歌",还要跳"龙洞歌"、"恩港斋"、"金寨寨"这三种丧葬舞蹈,以示对死者的尊敬和悼念。跳这三种舞的丧事规格要高于格本歌,经济开支很大,所以具备上述条件的老人死后,是否跳这几种舞,还要看丧家的经济能力来决定。实际上举办何种丧葬舞是有等级之分的。过去只有经济条件好的富户才跳龙洞歌。一般人家,即使是长寿老人病故,也只能跳格本歌。1949年建国后,随着社会制度的变革,过去的山官头人由于社会地位与经济状况的变化,在丧事活动中,也只跳格本歌,因此其它的几种丧葬舞已经很少再跳。

跳龙洞歌时,先要在院中挖一个坑,埋一丛竹子。舞者主要为三个成年男性,二人持长矛、一人击小铓,先在死者家中各处舞跳,然后到屋前屋后及场院跳。其他参舞者人数不限,男的持长矛,女的端扇,围竹丛逆时针方向行进。舞蹈动作单一,主要是以"目脑蹲步"绕场走动,神情肃穆,情绪低沉,舞蹈内涵是驱邪送鬼,意欲通过隆重的舞蹈活动,祭送死者的灵魂回到祖先的发源地。舞蹈从当天傍晚开始,直跳到次日东方发白。

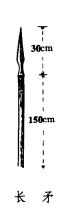
### (二) 服饰、道具

#### 服 饰

男舞者 同"目脑纵歌"中的男青年。

#### 道具

- 1. 长矛 全长 180 厘米。木柄,铁矛头长 30 厘米。
- 2. 小铓 直径 18 厘米(见"统一图")。
- 3. 折扇(见"统一图")



## (三) 动作说明

#### 道具的执法

- 1. 持长矛 双手右高左低握矛把中部,矛头向上竖于身前。
- 2. 提铓 参见"整歌"。
- 3. 端扇 参见"目脑纵歌"。

#### 基本动作

1. 目脑蹲步

做法 双手"持长矛",保持双膝稍屈每拍一步前行,动律同"目脑纵歌"中的"目脑步"。

2. 原地屈膝步

做法 双手"持长矛",双腿微屈自然站立,上身稍前俯。前半拍向下蹲一下,后半后恢复原状,只是双脚跟略踮起。

# (四)跳 法 说 明

龙洞歌在亡者家院中屋内于清晨和傍晚表演。主要舞者有三人(见"景颇族男子造型图"),其中两人"持长矛",一人"提铓"(铓手每拍敲击一下为舞蹈伴奏,伴奏音乐同"目脑纵歌"),其他参舞者人数不限,男女均可,男子"持长矛",女子"端扇"。表演前,需砍一捆竹子栽在院中挖好的坑内。

开始时由三人表演,他们交替做"目脑蹲步"和"原地屈膝步",先在亡者房内各个角落舞蹈一番,然后跳至院落于房前屋后反复跳动,所行路线无规定,可任意穿插换位。

与此同时,众舞者围在竹丛周围,边做上述动作边逆时针方向不停转动。神情肃穆,情绪低沉,始终保持屈膝舞动,以表虔诚之意。

传 授 沙仲伟(景颇族)

编 写 乔明昌

绘 图 孔繁功

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛

# 金 寨 寨

### (一) 概 述

"金寨寨"系景颇语,景颇族丧葬舞蹈之一。景颇族群众认为这是他们最古老的一种传统舞蹈。

这个舞蹈有很明显的原始舞蹈特证。舞者全身赤裸,用野藤树叶编成圆圈围于腰间和头部,头部套一猪尿脬作面具,眼、鼻、口处均留有孔,身体的裸露部分用黑、白色绘满花纹,装扮成一雌一雄形同飞禽之类的动物。金寨寨至今仍保持着这种原始装束和原有舞蹈形式和内容,据说这是为了向后人展示景颇族先祖所处的原始社会生活情景。

跳金寨寨花费大,通常是有财有势的山官头人家死人后才有力量跳。舞者全为男性,人数二至八人不等,主要视死者家的经济状况和官位大小而定,官位大的人家舞者人数就多,反之则少,以示不同的等级地位。

金寨寨多和"龙洞歌"同场进行。舞者装扮完备后,由一伙男性用树枝遮掩着拥候于舞场外,先不让众人看见。待有人大喊一声"金寨寨来了!"围着的人突然散开,舞者就快速冲进舞场,合着木鼓、铓锣发出的节奏起舞。舞蹈较少规范性。舞者双手各持一木棍(也有的持铁质或木质长矛)在舞场随意奔跑走动,模仿动物的动作乃至性行为;有时又尾于群舞妇女身后,前后闪动胯部,作性交的象征动作;有时并挥动手中的器械,仿效野兽的吼叫声,以壮声威,意为在丧葬活动中监视恶鬼,扶正压邪。在景颇族的丧葬舞中,金寨寨、龙洞歌、恩港斋具有一定的表演性,均由专人表演。遇有丧事活动时,由主人家请艺人来跳,并要付给舞者一定的酬劳。这几种舞蹈动作较单一,随意性强,有浓厚的祭祀巫术神秘气氛。

### (二) 造型、服饰、道具

#### 造 型



舞者

#### 服 饰

舞者头部罩一个猪尿脬,然后戴上用野藤条编成的头圈,并将树枝、羽毛一同裹进。腰围用野藤制成的枝叶裙,脚腕围藤叶圈,身体的其余部分均裸露,用黑白色相间而绘。

#### 道具

1. 木鼓 把长约 150 厘米的粗圆木去皮镂空,两端用兽皮蒙面,鼓面边沿有数个小孔,用牛皮条穿过一侧鼓面的小孔内,再拉至另一侧鼓面穿过小孔,如此反复,直至将鼓面固定住,鼓做好后,要放在交叉的木架上。



头 饰



木 鼓

2. 木棍 长约 30 厘米。

### (三) 动作说明

动作一

准备 双手各握一木棍的下端,站"马步"。

第一拍 右脚稍向前挪步(或原地踏下),左膝稍屈伸一次,双手抱于腹前,同时向前击鼓(以下前击鼓动作均同此,文略),上身稍前俯左拧,眼随手。

第二拍 做第一拍的对称动作。

提示:做动作时始终保持屈膝,下同。

动作二

第一拍 脚站"马步",向前顶膀,双腿顺势再**蹲**一下,上身稍后坐左拧,同时双手击鼓,眼视鼓面。后半拍时,收胯双腿复原位,同时双手稍抬起。

第二拍 重复第一拍动作,上身稍右拧。

动作三

做法 身右侧对鼓站"马步",双手向右击鼓,同时双膝再屈一下,重心移至右腿,上身右倾,头向右探,做听鼓声状,接做对称动作。此动作可反复数次。

动作四

第一拍 右腿屈膝向右前抬起,左腿蹲一下,同时双手击鼓一下,上身稍左拧前俯,眼视鼓面(见图一)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

提示:此动作也可以一拍做两次。



图一

### (四)跳 法 说 明

办丧事的最后一天晚上,在亡者家院中和"龙洞歌"同时表演"金寨寨"。舞者少则二人,多则八人,舞时必须作雌雄成对装扮。

表演前,先有众人在院中跳"龙洞歌"(伴奏音乐同《目脑纵歌》,另将一木鼓置场一侧,有两男子击鼓伴奏),待"金寨寨"装扮完毕,由一伙男子用树枝遮掩着拥至场外,一人喊道:"金寨寨来了!"众男立即撤走树枝,舞者双手各握一木棍冲进舞场,合着木鼓的节拍自1568

由舞动,舞者时而模仿动物的动作和吼叫声,时而扮雄性者跟在群众女性身后(或两舞者相对)前后闪动胯部,做象征性交的动作,有时跑至木鼓处,夺下击鼓者双槌(或将其推至一旁)做击鼓动作,击鼓时,可将所有动作一气做完(动作间没有固定顺序),也可以只做其中的一两个动作,随意性较强。所行路线无定规,既可在舞场内任意舞动,又可在房前屋后绕几圈。同"龙洞歌"同时结束。

传 授 沙仲伟(景颇族) 吴国刚(景颇族)

编 写 乔明昌

绘 图 赵拉拉

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛

# 恩 港 斋

## (一) 概 述

"恩港斋"系景颇语,景颇载瓦支语称"歌糯",意为"盾牌舞"。和"龙洞歌""金寨寨"一样,是景颇族有威望的老人去世时跳的丧葬舞蹈。

景颇族认为万物有灵,死后灵魂不灭。跳恩港斋是因为死者生前带兵参加过战争或是猎手,一生中杀害生命太多。死后,他生前所杀害的各种生灵的鬼魂会来堵路,阻止他的灵魂返回祖地。为使死者的灵魂能够顺利上路,所以就要在丧事活动中持刀舞枪,驱鬼开路,以护送死者的灵魂到祖地去和先人团聚。

恩港斋多在白天于死者家中跳。舞者一般为四个成年男子,均左手执木框蒙皮的盾牌,右手握长刀,先在死者卧室中跳,然后到其他屋内跳,一直跳到场院中。所到之处,不停挥舞长刀,赶鬼驱邪,为亡灵开道。舞时以铓锣、木鼓和象脚鼓伴奏,并杂以阵阵火枪声,以壮威势。

# (二) 动作说明

准备 左手执盾,右手握长刀。

第一拍 双腿保持稍蹲,左脚向左小跳一步,右腿同时勾脚吸起到掖腿位置,左手握盾牌于身体左侧,右手握长刀同时向左方砍出,身体稍左转前俯,眼视左方(见图一)

第二拍 右腿向右后方小跳一步,左腿勾脚同时吸起到掖腿位置,右手收回到"提襟"位,身体稍向右转,低头,用盾牌护住上身。



图 -

# (三)跳 法 说 明

舞者四人,穿景颇族男子生活服装,右手握长刀,左手执盾牌。盾牌用木条钉框,外蒙牛皮或野猪皮,饰以花纹(见图二)。

舞蹈以铓锣、木鼓和象脚鼓伴奏,鼓谱同《目脑纵歌》。

舞者先在死者卧室中开始跳,然后从房内一直跳到场院。舞蹈动作和队形均无固定的程式套路,或两人一排,或四人对跳,或横向运动,有时又在房前屋后随意走动,不断挥舞长刀,左劈右砍,为亡魂开路。表演时还不断鸣放火枪,以渲染气氛。

图 \_\_

传 授 沙仲伟(景颇族)

编 写 乔明昌

绘 图 孔繁功、赵拉拉

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛

# 刀 舞

### (一) 概 述

"刀舞"是景颇族很有特色的男子民间舞蹈,景颇语称"恩吐拳",载瓦支语称"闪歌"。

景颇长刀历史悠久,既是主要的生产工具,又是战斗护身的武器,在景颇人民生活中有着举足轻重的地位。所以景颇族崇拜长刀,誉之为"生命之刀"。在民间,自古有两句谚语:"景颇山的路是长刀砍开的,赤脚踩亮的"。"男人不会耍长刀,不能出远门;女人不会织简裙,嫁不了人",男子汉则以身上的刀痕论英雄,刀技高超、勇敢过人的男人往往为姑娘妇女所爱慕。

在德宏,景颇刀舞十分流行,分布甚广,大多数景颇男子都能跳刀舞,耍刀能手随处可见。舞长刀有"拳嘎""摆拳嘎"之分,拳嘎重于武术,步法稳健扎实,舞姿低矮,运刀砍劈有力,进退攻防均有很强的实战性。摆拳嘎意为"舞刀花",舞步轻盈灵活,运刀轻快,多腕花,并注重表演情感,动作流畅优美,情趣欢快,更具观赏性。

现在流传的景颇刀舞有"单刀舞"和"双刀舞"两种形式。据艺人介绍;早先还流行有三刀舞、四刀舞,最多达十刀舞,现在已无人会跳。一般男子耍的刀,景颇语称"向姆赫",而刀技高超者所耍的刀则称"串歌"。此处有一种"以弯弯",舞者左手持野猪皮制成的盾牌,右手持长刀,时而向前冲进砍杀,时而后退防守。凡出征前和胜利归来都要跳以弯弯,有时也在《目脑纵歌》里跳。向姆赫、串歌、以弯弯这几种刀舞,武术性较强,从形式、内容、动作上都表现出很强的军事性质。

刀舞有很强的随意性,没有统一的套路,舞者的基本动作合着打击乐节奏可随意发挥,双手动作以手腕、手臂翻转舞出刀花为主,双脚多左、右"弓步"、"蹲跳步"、"跑跳步", 1572

节奏跳跃欢快,步态轻灵。步法、刀花因人而异,有的艺人融拳嘎、摆拳嘎为一体,形成自己的独特风格。

# (二) 动作说明

### 基本刀花

1. 腕花

做法 两手各握一刀屈肘前抬于身两侧,腕部转动,使双刀连续向前(或后)划立圆,亦可一刀前划,另一刀后划。

2. 左右刀花

做法 两手各握一刀,右手上、左手下于左胸前交叉,拳心相对。右手向左、左手向右同时用腕绕"∞"花(右手向左绕时,拳心向下,向右绕时拳心向上,左手与之对称),待绕过一个刀花后双手顺势移至右胸前成左手上、右手下继续绕,如此反复。此动作亦可在胸前反复做。

3. 左缠头

做法 右手(亦可左手)握刀自头左前开始,顺时针方向绕头一周(绕时刀尖稍向下)。 4. 绕手花

准备 左手拇、食、中三指夹刀柄抬至胸前,刀身搭在左上臂,右手于左手上,刀身搭于左肩上,刀口向右。

第一拍 右下臂在外迅速下压,同时左手在内迅速上抬,顺势推右手刀身,使刀尖挑起,左臂屈肘于左胸前,右手在左肘下,刀尖向右上方。

第二拍 左下臂在外迅速下压,同时右臂屈肘上抬,使刀身落于左肩。 基本动作

# 1. 跨步構劈

第一拍 右腿屈膝前抬起,左腿为重心,左手握刀将刀身扛于 左肩,右手握刀于胸前绕一个" $\infty$ "花后顺势左转腕成拳心向下,眼视刀。

第二拍 右脚向前跨一步成右"前弓步",右手顺势向右前横劈下,上身稍后仰(见图一)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

2. 蹉步横劈式

第一拍 双膝稍屈向前做一次右"蹉步",右腿迅速屈膝前抬, 手臂动作同"跨步横劈"的第一拍。



图一

第二拍 同"跨步横劈"的第二拍。

#### 3. 蹲跳步

做法 双腿成"小八字步"全蹲(亦可半蹲),一拍一下连续跳动,可前行、后退,左、右横移,还可原地转圈。双手握刀屈肘前抬于身前(刀尖向上)(见图二)或小幅度左右摆动,或随步下顿上抬。半蹲时,双手可做"腕花""左右刀花"。

#### 4. 跑跳步

第一拍 左脚向前上一小步顺势向上稍跳起,同时右腿前吸,左手握刀屈肘前抬(刀 尖朝上),右手握刀于身右,刀尖朝前上方(见图三)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

提示:此动作可连续做。

#### 5. 吸腿跳

第一拍 腿部动作同"跑跳步"的第一拍,同时上身右拧,左手握刀扛于左肩,右手握刀于身右,刀尖向前下方(见图四)。





图二

图三

图 四

第二~四拍 保持姿态原地跳三下。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

#### 6. 跳掖步

第一拍 左脚向左前跳一小步,右腿屈膝前旁抬,脚跟于左小腿后, 左手握刀抬至胸前成三指(拇、食、中指)握刀,刀身搭于左上臂,右手握 刀稍屈肘于身右,双刀尖均朝左前上方(见图五)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五拍 同第一拍。

第六拍 右脚向左跳一下顺势左转半圈,左脚跟至右小腿后,双手做"左缠头"后成第二拍姿态。

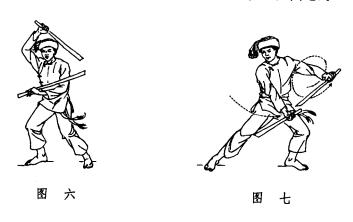


图 五

第七拍 同第一拍。 第八拍 同第六拍。

#### 7. 缠头拖刀

做法 双脚站"大八字步半蹲",左手动作同"跳掖步"第一拍,右手做"左缠头"(见图六)后拉于腹前成拳心向上,左手向左经上划一小圈顺势右转腕成拳心向下拉至身前左侧,刀尖均朝右前下方,同时双腿重心左移成左"旁弓步"(见图七)。



(三) 跳 法 说 明

刀舞任何场合均可跳,但多在节日期间欢庆活动时表演。舞者既可双手各握一刀,亦可右手握刀,一般为单人表演。多人表演时,均各自为阵、互不干扰,各动作间可任意组合,自由反复。舞者多按自己的习惯去组织动作的顺序。伴奏乐器及打击曲谱均同"目脑纵歌"。

传 授 木然弄裁(景颇族) 吴国刚(景颇族)

编 写 乔明昌

绘 图 赵拉拉

资料提供 杨小华

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛

# 布朗族舞蹈

主 编 张昌明 副 主 编 李金印、吴嘉娴 责任编辑 吴嘉娴

# 布朗族民间舞蹈概况

布朗族主要聚居在云南保山、双江、镇康、云县、永德、耿马、澜沧、墨江等县以及西双版纳州勐海县边沿一线的布朗山、西定、巴达、勐满、打洛等山区,景洪和勐腊县亦有少数分布。

布朗族先民史称"濮人"或"扑"、"蒲人"等。中华人民共和国建立以后,根据布朗族群 众的意愿,统一定名为布朗族。

布朗族语属于南亚语系孟高棉语族的布朗语支,与佤语,崩龙语,克木语有亲属关系。 长期分居云南各地的布朗族,由于所处的地理,历史条件的不同,社会发展很不平衡。 至建国前夕,双江、云县、永德、镇康、保山、墨江等县的布朗族已发展到封建地主经济阶段,而西双版纳、澜沧等地的布朗族,由于地处偏僻,交通闭塞,发展缓慢,仍然处于原始社会末期向阶级社会过渡的农村公社阶段。同时,还保存部分氏族公社,被史学界称为"活"的社会发展史。

布朗族的生活习俗和文化面貌,也因地区差异和受相邻的其他民族文化的影响而有 所不同。西双版纳、澜沧一带的布朗族住"干栏"式楼房;保山、临沧地区的布朗族,住房则 多为土木结构的平房。

临沧、思茅地区与西双版纳地区布朗族的服饰基本相似。临沧、思茅地区的布朗人,妇女下着筒裙,腰间拴腰带,小腿上缠护腿布,戴银耳环和手镯,牙齿染成黑色;男子穿黑色大面襟上衣,下穿肥大长裤,头缠青色或黑色包头,有的还带手镯,赤足。西双版纳地区的布朗族,妇女穿无领左右两衽青或黑色紧身短衫和右开襟,宽下摆紧身衣,衣无纽扣,用细布带系于右侧,筒裙的上部织红、黄、黑、白相间的横条纹,下部为黑色脚边绣红、黄、绿丝线彩横条;男子着无领对襟衣或白衬衫,黑色或白色大吊裆裤或中式长裤,头缠青或黑色包头巾或白色毛巾。

由于地区差异和受其他民族文化影响,各地布朗族的节庆也不一样。西双版纳、澜沧、

双江等地的布朗族,节庆活动与傣族大致相同,主要节日有泼水节、关门节、开门节。云县的布朗族则同汉族一样过春节。

布朗族实行一夫一妻制,婚姻自由,父母干涉婚姻现象较少。宗教方面,多数信仰万物有灵,认为万物之灵有善有恶,善者在暗中保护人类,恶者则四处制造灾难。他们把善灵尊之为神,恶灵称之为鬼。祖先崇拜较普遍,建房、结婚、节庆等重大活动,都要祭祀祖先,求祖先赐福,保佑平安。西双版纳、澜沧、双江等地区的布朗族普遍信仰南传上座部佛教,大部分村寨建有佛寺,十一二岁的男童要出家,若不出家就被视为没有教化的生人,受人歧视。

布朗族在漫长的历史进程中,凭借自己的智慧和丰富的想象力,创造了丰富多采的神话、传说、故事、诗歌、音乐、舞蹈,用以抒发自己心中的喜怒哀乐,表达希望和某种理想。

每逢结婚、迁新居、过年节或劳动之余,年轻人都爱对歌。布朗族民歌十分丰富,按其音调大体可分为"索"、"胜"、"宰"、"拽"、"脱麻"等几种。这些曲调也因地区差异而各具特色。

舞蹈也是布朗族社会生活中不可缺少的重要内容。据目前收集到的布朗族舞蹈看,大致可分为自娱性舞蹈和祭祀性舞蹈两大类。自娱性舞蹈包括"宰躝"、"铓盛"、"一翻一轻"、"直歌"、"趙之歌"、"半翻歌"、"青年舞"等。祭祀性舞蹈包括"波汪顶"、"蜡条舞"、"肯麻"、"利阿朗"等。

布朗族舞蹈表现的内容很广泛,其中有模拟动物动作形态的,如"箐鸡摆尾";有表现驱魔除邪的,如"大鼓舞"(肯麻);表现年节喜庆的,如"宰蹦"、"克广";表现儿童生活的,如"克泼罗"、"莫日莫然"等。

由于各地布朗族居住环境,生产生活水平,宗教信仰及由此形成的民族心理素质、审美观念和思维习惯的差异,布朗族民间舞蹈也是异彩纷呈,各具特色。

西双版纳、澜沧县一带的布朗族舞蹈"宰蹦"、"大鼓舞"、"铓盛"、"青年舞"等,其动律特征与邻近的傣族舞蹈有相似之处,舞姿造型优美,动作幅度不大,柔和流畅,动感强烈。但布朗族舞蹈却以其节奏铿锵及伴唱呼应声的强烈起伏造成热烈气氛,而形成为一种外柔内刚的风格特色。双江一带的布朗族居住在高山上,这里山明水秀,空气清新,视野开阔,人们从小受到大自然的熏陶,并在艰苦的环境中练就了强壮的体魄,形成了开朗乐观的性格,他们的舞蹈欢乐跳跃,气氛热烈,有其独具的动律和风格。

"打歌"是云县一带布朗人生活中的一项重要内容,每逢婚娶,起房盖屋,喜庆佳节,布朗人都以打歌为乐。打歌用芦笙伴奏,流畅的芦笙和声造成强烈的气氛。由于手捧芦笙吹奏,上身动作较少,而步法特别多。舞时,背微躬,双膝微弯,以膝盖的屈伸,带动全身上下颤动,并随着舞步的方向变化带动肩胸左右摆动,形成为粗犷奔放的舞蹈风格。

舞蹈在布朗族社会生活中的重要位置,是在长期发展的历史过程中形成的。远古时 1580

候,布朗人以舞蹈和歌唱祈求鬼神,拜祭祖先,保佑人丁兴旺,驱魔祛病;佛教传入以后,布朗人又用舞蹈和歌唱祈求佛祖保佑村寨平安,五谷丰登,而成为宗教节日中不可缺少的组成部分。

节日舞场也是男女青年娱乐、社交择偶的最佳场所。布朗儿女从童年起就受到舞蹈艺术的启蒙和熏陶,所以人人能歌善舞。布朗族民间舞蹈就在这样广泛普及的基础上,一代接一代的流传不绝,为中华民族,为人类文明积累下一批批极为宝贵的艺术珍品。

(执笔:张昌明)

# 宰 蹦

### (一) 概 述

"宰蹦"是布朗族民歌的一种曲调,布朗民间盛行的"短鼓舞","长鼓舞"均以这种曲调伴奏,故统称"宰蹦"。

宰關属自娛性舞蹈,流传甚广。活动时间不限,无论泼水节,关门节,开门节或其他盛会,布朗人民都以此舞尽欢。节日里,男女老少欢聚在寨子中间的平地或佛寺院子里敲响象脚鼓及铓镣,舞者就会自动围成圆圈,男舞者在里圈跟着鼓,铓,镲(长鼓舞打击者在圆圈中间)逆时针方向翩翩起舞,儿童们也兴致勃勃地跟在大人后面模仿着跳,从早直跳至深夜。舞蹈以唱一曲,跳一段的形式间隔进行。唱时,停止舞蹈和打击乐,唱和声此起彼伏;舞时停止歌唱,鼓铓齐鸣,气氛十分热烈。短鼓舞鼓点节奏较慢,动作轻柔悠缓,男女老少皆宜。长鼓舞则节奏欢激,动作轻快,一般为男女青年所跳。

新中国成立后,专业文艺团体在民间宰蹦的基础上进行加工改编,并搬上舞台,深受观众的喜爱。

# (二) 音 乐

$$\frac{3}{12}$$
  $\frac{1}{6}$   $\frac{6}{.}$   $\frac{6}{.}$   $\frac{6}{.}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{2}{.}$   $\frac{2}{.}$   $\frac{2}{.}$   $\frac{2}{.}$   $\frac{2}{.}$   $\frac{2}{.}$   $\frac{2}{.}$   $\frac{3}{.}$   $\frac{3}{.}$   $\frac{2}{.}$   $\frac{$ 

曲谱说明:布朗族舞蹈乐谱中 X 均表示两片镲在其半片部位轻击。余不另注。

中速

### 短鼓舞乐谱

 数
 24
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X
 X

传授 岩赛坎(布朗族) 记谱 张昌明

# (三) 造型、服饰、道具

### 造型

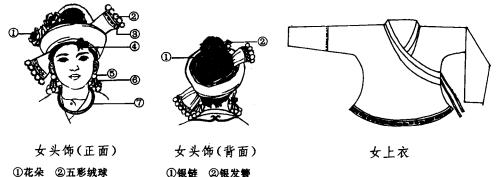


### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

- 1. 男舞者 用长约 120 厘米,宽 35 厘米的白或黑色布包头。穿白或 黑色对襟或大襟衣、黑色大裆裤,裤管宽 40 厘米,赤脚。
- 2. 女舞者 头顶挽发鬏、插发簪、戴银链,戴耳环、项圈,缠包头(将长 350 厘米、宽 47 厘米的自织黑布折成四或五折,经额前向后交叉,再盖过 发鬏在头后打结),未婚女子头右上方插鲜花。上身穿黑或浅蓝色无领宽 下摆紧身短衣(穿时向左或右掩襟束带均可),下穿筒裙(裙为黑色自织布 制成,上织有红,黄,白,绿等色横条纹),赤脚。



男头饰



①花朵 ②五彩绒球

③花边 ④小花朵

⑤银耳环 ⑥小串珠

⑦银项圈

### 道具

短象脚鼓、长象脚鼓、铓、镲(均见"统一图")

### (四)动作说 明

### 道具的执法

执象脚鼓、铓、镲、毛巾(均见"统一图")

### 基本动作

1. 内绕腕

做法 手虎口张开,四指靠拢,以手指带动手腕由外向里绕一圈,两拍做一次。做时双 臂屈肘旁抬,成左上右下或右上左下。

2. 外绕腕

做法 做"内绕腕"的对称动作成手心向上。

#### 3. 屈伸蹲颤

做法 每拍一次,以双膝的屈伸带动身体向下颤动。

提示:"屈伸蹲颤"不受动作姿态变化的限制,舞蹈时贯穿始终。以下介绍动作的舞法时不再赘述。

#### 短鼓舞的男性动作

#### 1. 颤走步

准备 左肩对圆心站立。(以下动作的准备均同此)

第一~二拍 左脚向右前上步为重心,右脚跟离地,身微前倾左拧,双臂屈肘,右手抬至右前方,左手于左后下方,做"内绕腕"一次,同时,双膝做"屈伸蹲颤"两次(见图一)。

第三~四拍 右脚向前上一步左转四分之一圈,上身微后仰,左手抬至左前上方,右 手于右后下方,做"内绕腕"一次,同时做"屈伸蹲颤"两次(见图二)。

第五~六拍 左脚向右后方撤一步为重心,右前脚掌点地,上身微向左后仰,同时右 手抬至右前上方,左手于左后下方,做"内绕腕"一次(见图三)。

第七~八拍 右脚后退一步,左脚前掌点地,上身微后仰,同时左手抬至左前上方,右 手于右后下方,做"内绕腕"一次。

#### 2. 抬腿步

第一~二拍 左腿前吸 45 度勾脚微开胯,左手抬至左前上方,右手于右后下方双手做"内绕腕"上身微向右后仰,左手做"内绕腕"后落于左后下方右手旁抬,眼视左前下方(见图四)。



第三~四拍 落左脚做第一至二拍的对称动作。

#### 短鼓舞的女性动作

#### 1. 横移步一

准备 面向圆心,自然站立。

第一~二拍 左脚向右横移一步为重心,左脚跟离地,身微向右倾,双手自然下垂。

第三~四拍 右手抬至右前上方顺势做"内绕腕"再落回右旁,同时左脚收至右脚旁。

第五~六拍 右脚向右移前脚掌点地,身体微左倾,双手自然下垂。

第七~八拍 左手抬至左前上方顺势做"内绕腕"再落回左旁,同时右脚收于左脚旁成"小八字步"。

第九~十二拍 双手抬至正前上方做"内绕腕"一次,再做"外绕腕"一次后落回身两旁。

2. 甩手巾

准备 右手持白毛巾或纱巾,面向圆心站立。

第一~二拍 右脚向右横移一步,左脚跟离地,同时双臂屈肘左下右上在腰前交叉。 第三~四拍 双手向两旁打开,同时左脚收于右脚旁。

3. 翻掌步

第一~四拍 右脚前掌向右旁点地,同时右手抬至右旁与肩平,左手于胸前,双手掌心先下后上翻动两次(见图五),同时身体随鼓点节奏先左前后右前微转动两次,双膝随鼓点节奏做"屈伸蹲颤"四次(见图六)。

第五~八拍 重心移向右脚,左脚前掌向右前点地,其他动作与第一至四拍对称。

4. 横移步二

准备 面对圆心站立。

第一~四拍 右脚擦地向右横移一步,重心渐移向右脚,身微右倾,右手抬至右前上方,手腕向内绕一圈后放于右旁,四拍一次,左手自然下垂,左脚擦地收于右脚旁,双膝随 鼓点节奏做"屈伸蹲颤"四次(见图七)。



图五



图六



图七

第五~八拍 双脚同第一至四拍动作,其他动作与第一至四拍对称。

5. 转身步之一

准备 面对圆心站立。

第一~二拍 右脚向右一步,左脚跟离地,同时左手叉腰,右手抬至右前上方,手腕向内绕一圈,双膝随鼓点节奏做"屈伸蹲颤"两次。

第三~五拍 左脚向右上一步,同时身向右转半圈,右脚跟离地,双手做第一至二拍

的对称动作,同时"屈伸蹲颤"两次。

6. 转身步之二

准备 面对圆心站立。

第一~二拍 右脚向右一步,左脚跟离地,右手抬至右前上方,左手于左后下方,做"内绕腕"一次,双膝随鼓点节奏做"屈伸蹲颤"两次。

第三~四拍 左脚向右上一步,同时身向右转半圈,右脚前掌点地,双手做第一至二 拍的对称动作,同时双腿做"屈伸**蹲颤**"两次。

7. 甩花步

准备 右手持花,面对圆心站立。

第一~二拍 右脚向右前点地,双膝微屈,同时,双手先抬至腰前交叉,微屈肘,手心向上,接着右手伸向右与肩平,左手至胸前,双膝随节奏做"屈伸蹲颤"两次。

第三~四拍 左脚向右前上一步,前掌点地,同时右转身半圈,双手做第一至二拍的 对称动作,继续做"屈伸**蹲颤"**两次。

8. 跳步一

准备 左肩对圆心站立。

第一~二拍 右脚向前踮跳一小步,同时左腿上抬 45 度开胯,身 微右转,左手抬至左上方,右手于右下方,做"内绕腕"一次,眼视右前 (见图八)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

9. 抬腿转身步

第一~二拍 左腿上抬 45 度开膀,右脚原地踮跳一下,同时左手 轻握拳抬至左耳旁,右手自然垂于右下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 右脚向前踮跳一下,左腿屈膝开胯上抬 45 度,同时向右转半圈,双手在 胸前手心向里,先右后左互绕一圈。

第七~八拍 做第一至二拍的对称动作。

第九~十拍 做第三至四拍的对称动作。

第十一~十二拍 双手动作同第五至六拍,其他动作与第五至六拍对称。

10. 跳步二

第一~二拍 右脚向右旁踮跳一步,左腿上抬 45 度开膀,同时右手胸前翻掌划至右上方,左手轻胸前盖至左下方,身微右转,同时做"屈伸蹲颤"两次。

第三~四拍 左脚向右跳一步,右腿屈膝开胯上抬 45 度,同时右转半圈(面对圈外),双手做第一至二拍的对称动作,继续"屈伸蹲颤"两次。

1588



图八

#### 11. 转掌步

准备 面向逆时针方向站立。

第一拍 右脚向前脚掌点地,右臂屈肘旁抬 90 度手心向右耳立掌,左手自然下垂,同时双膝"屈伸蹲颤"一次。

第二拍 脚保持原位,身向左拧转四分之一圈随即转回原位,同时右手掌经左向右转动一次,双膝"屈伸蹲颤"一次。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

12. 转身步

准备 面向逆时针方向站立。

第一~二拍 右脚旁伸脚掌点地,右臂屈肘旁抬与肩平,手掌下上翻动一次,左手自然下垂,同时双膝"屈伸蹲颤"一次左转四分之一圈后还原(见图九)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

### 长鼓舞的男性动作

准备 背向圆心,双腿右"前弓步",双手自然下垂。

第一~二拍 右脚为重心,左脚向左上至"大八字步半蹲"位,上身徽向后仰,同时左手抬至左上方,右手在右下方,双臂徽屈肘做"内绕腕"一次,双膝随鼓点节奏做"屈伸蹲颤"两次。

第三~四拍 左转半圈成面向圆心,上身微倾向右前,同时右手划至右上方,左手划至左下方,双臂微屈肘做"内绕腕"一次,双腿做"屈伸蹲颤"两次(见图十)。



图九



图十

第五~六拍 右脚向右上一步,成"八字步半蹲"身体微向右后仰,同时左手从左侧划至左上方,右手从右侧上方划至右下方,双手"内绕腕"一次,双腿做"屈伸蹲颤"两次。

第七~八拍 双脚姿势不变,身体微仰向左后,同时左手划至左下方,右手划至右上方,双手做"内绕腕"一次,双膝随鼓点节奏做"屈伸蹲颤"两次。

### 长鼓舞的女性动作

准备 面向圆心自然站立。

第一~二拍 右脚向右横移一步,左脚前掌点地,身体微向右倾,双手自然下垂,双膝 随鼓点节奏做"屈伸蹲颤"两次。

第三~四拍 手姿态不变,左脚收至右脚旁,双膝随鼓点节奏"屈伸蹲颤"两次。

### (五) 跳 法 说 明

《短鼓舞》的鼓点节奏悠缓,动作较慢,男女老少皆可参加;《长鼓舞》的节奏轻快,一般为男女青年跳。

舞场选于房前屋后或佛寺前之平地。舞者围圆圈,女舞者在外圈,男舞者及舞鼓,敲铓,打镲者在内圈。人数不限,逆时针方向进行。舞者跳一会儿舞,唱一段歌。唱时,停止舞蹈动作和打击乐,由一男子领唱,其他众舞者合唱。有的地方由一男一女领唱,众舞者合唱。唱毕,接着又跳一会儿舞,反复进行。

《短鼓舞》之男女动作,可任选其中一种反复跳。

敲打击乐器者如参加跳时,站在圈里边击边跳,步法同男舞者;如不参加跳时则在圈外只敲打击乐器伴奏。舞鼓,敲铓,打镲者,一般限于男性。

## (六) 艺人简介

**岩的新** 男,布朗族,1927年生,勐海县打洛区曼夕乡曼夕村人。岩的新十五岁当和尚,在当和尚的几年中,学会了长鼓舞、短鼓舞、大鼓舞等舞蹈。他跳的鼓舞潇洒自如,活泼大方。敲的鼓点节奏明快,风格独特。

岩的新是一位多才多艺的老艺人,他不仅善长舞蹈,还是一位民歌手。他演唱的民歌种类多,歌声悠扬动听。1984年县、州进行民族小戏调演,他在布朗小戏《智擒》中扮演的老猎人曾获得三等奖。

传 授 岩的新(布朗族) 岩赛坎(布朗族)

编 写 张昌明

绘 图雷莹

资料提供 岩香南(布朗族)

执行编辑 吴嘉娴、袁洪光

# 大 鼓 舞

### (一) 概 述

"大鼓舞",布朗语为"黄柯麦嘎典",即跳大鼓舞之意。

从前,每个布朗村寨的佛寺里,必有一面大鼓。布朗族认为,大鼓声能驱鬼赶邪。因此,每天早上,晚上,中午必须敲响大鼓。1949年后,这一习俗已不存在。

布朗族制作大鼓很讲究。鼓身用整段树木挖空而成,所用的树段要完整无损,蒙鼓面要用一公一母毛全黑的黄牛皮。蒙鼓面时,要用谷物、茶叶、碎银等放在鼓里面,作为大鼓的"心脏"、"灵魂"。大鼓制作完成后,要举行七天七夜隆重的庆祝仪式,方可抬到佛寺里存放。

大鼓舞在传统的**泼水**节、关门节和开门节时跳,老壮皆可参加。大鼓放于寺门外的一侧,位置一般固定不变。有的地区富裕人家"赕佛"时,也可给佛爷(僧人)点钱,把大鼓抬到寨子中间的平地上,让人敲打。跳时,由一男子双手各持一根鼓棒,边舞边击鼓,另有一青年女子手持一根竹片,在鼓的另一面轻击鼓面。伴奏者用大铓、小铓、镲在舞场的一角伴奏。

大鼓舞的动作幅度大,擂鼓有力。动作无先后之分,舞者即兴而跳,双膝随打击乐节奏 微微屈伸,带动身体上下颤动是动作的特点。

# (二) 音 乐

# 铓 鼓 点

	慢立	吏				传报 记语	爱 岩的新 酱 张昌明	(布朗族)	)
大 鼓	$\frac{2}{4}$ X	X	x	x	<b>x</b>	x	x	x	
大 铓	2/4 X	0	<b>x</b>	0	x	0	x	0	
小 铓	$\frac{2}{4}$ 0	X	o	x	0	x	0	x	
镲	2 X	u u u <b>X X X</b>	<u>x</u>	u u <b>X</b> X X	<u>x</u> 2	u u <u>X X X</u>	X X	u u <b>X X</b>	

# (三) 造型、服饰、道具

### 造型



男鼓手



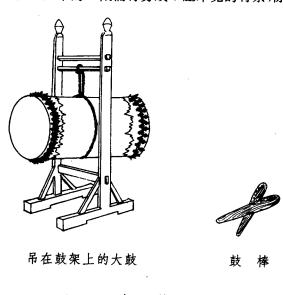
女鼓手

#### 服饰

男、女服饰均同"宰蹦"

#### 道具

- 1. 大鼓 取木质坚韧无裂纹的圆形大树干一截,约长 135 厘米,将中间挖空,壁厚约 10 厘米,两端直径约 90 厘米。用黄牛皮两张蒙于两端做鼓面,再用竹皮圈套在牛皮外绷紧鼓皮,然后沿竹皮圈两侧钉上木钉,使鼓皮固定。将大鼓用牛皮绳吊在特制的木架上。
- 2. 鼓棒 用长 40 厘米的树枝制成类似圆锥形的木棒一对,粗的一端成椭圆状,以免击鼓时刺破鼓面。
  - 3. 竹片 将长约 45 厘米的一截楠竹劈成 3 厘米宽的竹条,除去条上细扦即成。



(四)动作说明

### 男鼓手的基本动作

准备 双手各持一根鼓棒,背向鼓,站于鼓的右前,左肩斜对鼓面。

第一~三拍 左脚向左前上一步,上身微后仰,右手自然下垂,同时左手抬至胸前有力地反手击鼓三下,一拍一次;双膝随鼓点节奏做"屈伸蹲颤"三次,带动身体上下起伏(见图一)。

第四拍 右"前吸腿"开胯同时左转身面对鼓面,右手击鼓一下,左手放于右腋下,上身微前俯;双膝随鼓点节奏微屈伸一次,带动身体上下起伏。

第五~六拍 右脚向右落地成"大八字步半蹲",上身微后



图一

仰,左右手各击鼓一次;双膝随鼓点节奏做"屈伸**蹲颤"**两次,带动身体上下起伏。

第七~九拍 左手击鼓一下划至右下方,右手上举至右上方;接着右手击鼓一下划至左下方,左手举至左上方;然后左手再击鼓一次,形成双手在身前交叉交替击鼓,同时双膝"屈伸蹲颤"三次,带动身体上下起伏。

第十拍 双手合击鼓一次后,向下分开至身体两旁。"屈伸蹲颤""一次。

第十一拍 右脚向左上一步,左转半圈成"大八字步半蹲"背对鼓面,带动身体起伏身体后仰,举右手从右肩上向身后击鼓一下。

第十二~十四拍 姿态不变,左手从左肩上向后,右手从右肩上向后,起左手交替击鼓三次,同时双膝随鼓点节奏做"屈伸蹲颤",带动身体上下起伏。

第十五~十六拍 双手交叉于身前,右手于左肩上向后击鼓一下,身随之左后拧仰, 左手置于右腰旁(见图二);接着做以上动作的对称动作,左手于右肩上向后击鼓,双膝随 鼓点节奏做"屈伸蹲颤"两次,带动身体上下起伏。

第十七~十八拍 同第十五至十六拍。

第十九~二十拍 双脚原位,左手上举,右手经身前划弧在左腋下向后击鼓一次,身随之左后拧,眼视腋下(见图三);接着做以上动作的对称动作,左手在右腋下击鼓,同时,两膝随鼓点节奏做"屈伸蹲颤"两次,带动身体上下起伏。

第二十一~二十二拍 同第十九至二十拍。

第二十三拍 左腿屈膝向左前抬起 90 度,身左前俯,右手从左腿下向后击鼓一下,双膝随鼓点节奏屈伸一次,带动身体起伏(见图四)。



图 二 图 三 第二十四拍 做第二十三拍的对称动作。

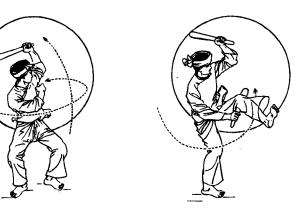


图 四

第二十五~二十六拍 同第二十三至二十四拍。

第二十七拍 右脚向左跨一步,同时身向左转半圈,面对鼓面,双膝微屈,双手从右下方经胸前击鼓后划向左上方,双膝伸直,上身微仰向右后(见图五)。

第二十八拍 脚站"大八字步"双手做第二十七拍的对称动作,同时双膝微屈伸一次。

第二十九拍 做第二十八拍的对称动作。

第三十拍 同第二十八拍。

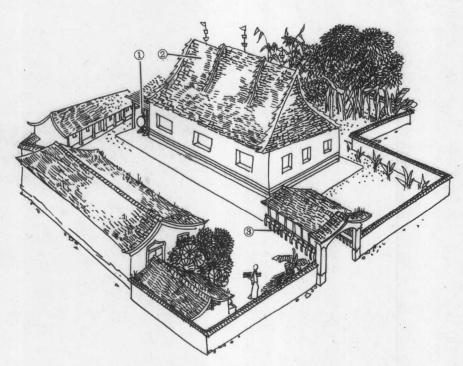
### 女鼓手的动作

做法 站于鼓的左侧,斜对鼓面,右手持竹片,随男舞者击鼓节奏 每拍击一下鼓面,同时脚跟每拍踮起随即顿地一下。



图五

# (五)跳 法 说 明



奘房(佛寺)及大鼓的位置 ①大鼓 ②大寺 ③长廊

表演时,男舞者可临场随意选用基本动作,即兴组合,不受限制。舞蹈时间亦可长可短。舞时,除有女击鼓者外,还有三男子用高音铓,低音铓和大镲在一旁伴奏。

传 授 岩的新(布朗族)

编 写 张昌明

绘 图雷莹

资料提供 赵宏安、王瑞云

李卓然、刀曙明(傣族)

执行编辑 吴嘉娴、袁洪光

# 克

### (一) 概 述

"克广"是双江县布朗族跳鼓的总称。"克广"包括蜂桶鼓舞,象脚鼓舞,手巾舞。跳时舞者排成单行,由两名年轻男子双手各持一条手巾在前面领舞,其后是蜂桶鼓队,两只(或四只,八只不限)象脚鼓和铓,镲,再后是众舞者,人数可多可少。舞队沿着寨子内所有道路边跳边行进。当跳到较宽的平场时,即围成圆圈跳,两只象脚鼓在圆圈中间斗鼓,斗完鼓又沿着道路舞鼓前行。如此反复,直至游遍全寨。

克广舞步有"三步"、"五步"之分,跳时可任意选择组合。舞者的步法除斗鼓时象脚鼓舞者外都相同。

克广舞起始只在祭竜时跳,后发展至插花节,喜庆时跳。但蜂桶鼓除在插花节、开门节、关门节期间敲响外,平时不能随便敲,除非是寨里死了人,才可用鼓声向外寨发出报丧信号。

克广舞男女都可参加,但敲击打击乐器者都为男性。

# (二) 音 乐

锣	鼓	点
•	<u> </u>	15.0

		中速稍快	=		传授 记谱	苏小岩(布 方智民	七(布朗族)		
鼓 谱	$\frac{2}{4}$	兵 崩	丙崩	兵 崩	丙崩	<u>兵崩</u>	丙 崩	兵 崩	崩
桶鼓	<b>2 4</b>	X	<b>x</b>	X	X	x	<b>x</b>	X	X

字谱	4	<u> </u>	内朋	<u>共</u> 期	<u>内 崩</u>	兵 崩	丙 崩	兵 崩	崩	ij.
蜂桶鼓	2 4		<b>x</b>							
象脚鼓	$\frac{2}{4}$	X	$\mathbf{x}  \mathbf{x}$	X	$\mathbf{x}  \overset{+}{\mathbf{x}}$	x	<u>x                                    </u>	<u>0 x</u>	X	
			_							
中铓	<u>2</u>	X	x	X	X	X	X	X	X	
小 铓	II ~		<u>o x</u>					0 X		- 18
大線	2 4	X	<u>x x</u>	X	<u>x x</u>	x	<u>x x</u>	X	X	
中镰	<u>2</u> 4	X.	$\bar{x} \bar{x}$	X	$\overline{\mathbf{x}}$ $\overline{\mathbf{x}}$	x	$\bar{x}$ $\bar{x}$	<u> </u>	X	1
小镲	$\frac{2}{4}$	$x \bar{x}$	$\bar{x}$	$x \bar{x} \bar{x}$	$\bar{x}$	<u>x</u> x	$\bar{x}$	<u>x x</u>	X	

曲谱说明:①该谱演奏速度以舞蹈情绪而定,慢时约 =88;快时约 =144。 ②象脚鼓谱中"十"为左手 ③中镲、小镲谱中"菜"为两片镲击出之后,利用余音轻轻上下碰击。

# (三) 造型、服饰、道具

### 造 型



男舞者



女舞者

### 服 饰(均见"统一图")

- 1. 男舞者 头缠自织黑色包头布(宽 33 厘米,长 2 米,包头布的一端缀有彩色丝线),身穿大襟上衣,腰扎红绿或白色布腰带,下穿中长裤,赤脚或穿布鞋。
- 2. 女舞者 头缠自织黑色布或青色布宽 66 厘米,长 3米,包头布的一端缀有彩色线条,上穿女式或大襟上衣,下穿自织黑色统裙,赤脚或穿布鞋。

### 道具

- 1. 蜂桶鼓 取直径 25 至 30 厘米,长 45 至 50 厘米的攀枝花树或柳树,挖空树心,两面蒙上黄牛皮,再用牛皮条系紧。鼓棒是一根长约 40 厘米的木棍,两端系上红色绸巾。
  - 2. 手巾 自织白布一块。
  - 3. 象脚鼓、镲、铓及铓槌(均见"统一图")



蜂桶鼓



鼓棒

(四)动作说明

### 道具的执法

- 1. 挎蜂桶鼓、执鼓棒(参见"造型图")
- 2. 执象脚鼓、铓、镲、手巾(均见"统一图")

### 基本动作

1. 蜂桶鼓三步舞

准备 左肩背鼓,左手握鼓带,右手举鼓棒至右上方,自然站立。

第一拍 "正步半蹲",身微前俯;右手向下用棒击鼓一下随即举回右上方(以下筒称"击鼓")一次,双膝随之微颤。

第二~三拍 做"击鼓"两次。

第四拍 左脚踮跳一次,同时右脚向左前踢出 45 度,同时"击鼓"一次,身微左拧右倾(见图一)。

第五拍 脚做第四拍的对称动作,"击鼓"一次。

第六拍 同第四拍。

第七拍 起右脚,向右小跳两步顺势右转一圈,并"击 鼓"两次(见图二)。





图 二 1599

第八拍 同第五拍。

2. 手巾三步舞

准备 双手各持一条手巾,自然站立。

第一拍 先两小臂上抬于胸前,双手掌心相对,随鼓声双手分开下 甩,顺势做"正步半蹲",身微前俯(见图三)。

第二~三拍 做第一拍的动作两次。

第四拍 左脚踮跳一次,同时右脚向左前踢出 25 度,同时右手从胸 前甩向右下,左手甩向左上方(见图四)。

第五拍 做第四拍的对称动作。

第六拍 同第四拍。

第七拍 起右脚,向右小跳两步同时转一圈,双手随脚步先左手上, 右手下,后右手上,左手下甩两次,半拍一次。

第八拍 同第五拍。

3. 蜂桶鼓五步舞

第一~四拍 同"蜂桶鼓三步舞"的一至四拍。

第五拍 左脚踮跳的同时右小腿后抬,接着向左前踢出 45 度,"击鼓"一次。

第六~七拍 做第四至五拍的对称动作。

第八拍 同第四拍。

第九~十拍 同"蜂桶鼓三步舞"的第七至八拍。

4. 手巾五步舞

第一~四拍 同"手巾三步舞"的第一至四拍。

第五拍 左脚踮跳的同时右小腿后抬,接着向左前踢出 25 度,双手动作同"手巾三步 舞"的第四拍。

第六~七拍 做第四至五拍的对称动作。

第八拍 同第四拍。

第九~十拍 同"手巾三步舞"的第七至八拍。

5. 象脚鼓斗鼓动作

准备 两舞者面相对,左肩背鼓,左手虎口卡住背带扶在鼓边,右手随节奏击鼓。以下 动作中手的动作不再介绍。

第一拍 右腿开胯,屈膝向右后抬起,勾脚,随着击鼓向前蹬出,左膝微颤。

第二~三拍 做第一拍动作两次。

第四~五拍 起右脚向前上两步,双膝微屈,身微前俯,每拍"击鼓"一次,身体随之颤 动。





第六拍 右脚再向前成右"前弓步"→同时上身前俯,鼓面向下,鼓尾翅起,"击鼓"一次(见图五),身体随之颤动。

第七~九拍 姿态不变,每拍击鼓一次,身体随之颤动。

第十拍 左腿屈膝前抬 45 度,同时身直立,左膝微屈,"击鼓" 一次,身体随之颤动。

第十一~十二拍 右脚落地,成"大八字步半蹲",每拍"击鼓" 一次,身随之颤动。

第十三~十九拍 做第六至十二拍的对称动作。



图五

### (五) 跳 法 说 明

舞队开始排成单行,由两名男青年持手巾在前面领舞,其后是蜂桶鼓和象脚鼓舞者,再后是敲铓、镲者,最后是其他舞者,沿着寨内巷道跳"三步舞"或"五步舞",可任意选择,但都要跳同一的舞步。跳"踮跳"动作时,必须向前踮跳。舞队行进到较宽广的平场时,边跳边围成圆圈,面对圆心,原地做动作。象脚鼓舞者边跳边进场,至圆圈中间跳斗鼓动作。斗鼓完毕,舞者又以同一的动作排成单行沿巷道行进。

传 授 万 七(布朗族)、苏小岩(布朗族) 张小岩(布朗族)、俸继明(布朗族)

编 写 方智民、罗成英(拉祜族) 张昌明

绘 图 刘永根

执行编辑 吴嘉娴、袁洪光

# 铓 盛

### (一) 概 述

"铓盛"流传于西双版纳勐海县,是当地布朗族老人所喜爱的舞蹈。

布朗族对老人十分敬重,布朗山章加寨布朗族,尚存留一种父系大家族组织——"嘎滚"。每一个父系大家族(嘎滚)都有一个家族长,布朗语称为"高嘎滚"("高"即大、长之意)。家族长的产生不取决于能力、威望或财富等条件,而是从年龄辈份最长的人中推选出来的。家族长终身任职,直到老死为止。家族长也是整个家族安康幸福的维护者和与神灵祖先的沟通者。在布朗族社会中,下辈对上辈均有敬长之礼。在竹楼中柱旁是老年人或家长的坐卧处,年轻晚辈不能随便去坐。他们说的话,晚辈要听从。吃饭时,如果父母生病或不在,必须先留下一份,子女不能先于父母之前吃饭。

铓盛的活动时间,参加人数都不固定。逢年过节或庆典盛会,选一处寨子中的平地或在寺庙院中,相聚在一起的老年男子,就会高高兴兴的围成圆圈,合着铓、镲的节奏,安详悠缓的跳起铓盛。

**铓盛以大镲和"排铓"敲击伴奏。排铓由宫、商、角、徵、羽五音的铓组成,排列在一起,同时敲击。** 

全舞只有两个动作,特点是双手腕随打击乐的节奏向内绕圈,双膝屈伸带动躯体的上下颤动。由于动作简单优美,节奏和缓平稳,所以特别受到老年人的喜爱。

## (二) 音 乐

### 铓 镲 点

传授 岩罕对(布朗族) 记谱 张昌明

大	镲	慢速	x	и и <b>X X</b>		X	u u <b>X X</b>	1	X	u u <b>X X</b>		x	и и <b>X X</b>	
排	铓	2 4	X	0	1	X	0		X	0		x	0	į.

# (三) 跳法和动作说明

舞者人数不限,穿布朗族男子服装(参见"宰蹦")。

伴奏者在场外一角击排铓、大镲伴奏。

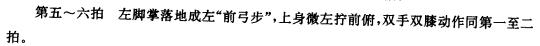
舞者在场内围圆圈,做下述动作之一,或两个动作轮流交替,任意反复,直至尽兴。

1. 点勾步

准备 左肩对圆心站立。

第一~二拍 右脚向前上一步屈膝为重心,左脚扣脚趾点地,右手抬至头右前上方,左手于左下方,同时双手做"内绕腕"一次,上身微倾向右前,双膝带动身体随节奏微向下颤动两次(见图一)。

第三~四拍 右腿不变,左腿屈膝勾脚前伸以脚跟点地,身体微右后仰,同时双手做第一至二拍的对称动作,双膝动作同第一至二拍。



第七~八拍 右脚上一步成"小八字步",上身渐向左拧四分之一圈,双手双膝做第一至二拍的对称动作。

2. 抬腿压手



图一

第一~二拍 左腿屈膝开膀勾脚前抬90度,同时双手抬于胸前,手心向下,手指相对,双膝屈伸蹲颤两次,双手随之下压上提两次,下压时压腕,上提时提腕(见图二),第二拍时左脚向前落下。

第三~四拍 除双手动作同第一至二拍外,其他动作与第一至二拍对称。

图二

# (四) 艺人简介

岩罕对 男,布朗族,1924年生、勐海县巴达区曼迈兑村人,是村寨中年纪较大的一人。现铓盛已很少跳了,岩罕对早年参加过跳铓盛,现他尚能较完整地跳此舞并教授他人。

传 授 岩罕对(布朗族) 编 写 张昌明 绘 图 雷 莹 资料提供 岩香南(布朗族)

执行编辑 吴嘉娴、袁洪光

# 蜡条舞

### (一) 概 述

"蜡条舞",布朗语称"黄典","黄"即跳舞,"典"为蜡条(蜡烛),即跳蜡条舞。是布朗族普遍流传的舞蹈。

关于它的来源有两种传说,一说很早以前由缅甸传入。二说某年曼玛四个村寨遭境外一帮匪徒袭扰,财物被抢劫一空,人被绑走,只剩两家老人看守佛寺。后来迁入曼玛的人逐渐增多,寨中人丁又兴旺起来。两家老人为让子孙万代牢记这悲惨的事件就编创了蜡条舞。但就现在流传的蜡条舞中的歌词看,多与爱情节日或富裕人家"赕佛"时,年轻人向老人讨"福钱"等内容有关,并未涉及上述传说内容。

布朗族老年人在节日里都要到佛寺拜佛,年轻人就乘此机会向老人讨"福钱";富裕人家"赕佛"时,来帮忙的男女青年也有在"赕佛"结束的前一天,向主人家和来宾讨"福钱"的习俗。蜡条舞就是常在这些场合跳的一种风俗舞蹈。

节日里,傣族青年也有敵锣打鼓到富裕人家讨"福钱"以作节日活动费用之习惯。布朗青年跳蜡条舞讨"福钱"与傣族讨"福钱"的风俗很相似,只是形式不同。

跳蜡条舞的舞场,一般在佛寺或赕佛人家的住房内,舞者多围圆圈跳。跳时,把点燃的两根蜡条,夹于双手的中指与食指间,以边歌边舞的形式进行。其中有一青年女子手端一盆,盆内放一对蜡条,边跳边讨钱。舞蹈以前无伴奏,现在有的地区用布朗四弦琴伴奏。舞蹈动作轻柔悠缓,跳起来有飘飘然之感。

# (二) 音 乐

### 黄 典

传授 岩大帅 (布朗族)、岩赛坎 (布朗族) 记谱、译配 张昌明

1 = G 中速 深情地

### (三) 服饰、道具

### 服饰

舞者服饰均同"宰蹦"

### 道具

- 1. 蜡条 一般常用蜡烛。
- 2. 讨钱盆 铜制圆盆。

### (四)动作说明

### 道具的执法

- 1. 执蜡条(见图一)
- 2. 端盆 两手拇指卡住盆口内沿,将盆端起。

### 基本动作

1. 男性动作

准备 左脚上前一步成右"跪蹲",臀部坐于右脚跟上,双手"执蜡条" 抬于胸前,屈肘。

第一~四拍 掌心向下做右"云手"一次,保持"跪蹲"姿态,双膝随音 乐节拍做"屈伸蹲颤"四次(见图二)。

第五~八拍 反复第一至四拍动作。

第九~二十拍 左脚向左前上一步,重心渐移向左脚,右"云手"一 次,在矮蹲的姿态上,双膝随音乐节拍做"屈伸蹲颤"四次(见图三)。





图

第十三~十六拍 右脚向前上一步,做右"云手"的同时双脚跟离地向左转半圈,顺势 1607

成右"跪蹲",臀部坐于右脚跟上,双膝随音乐节拍做"屈伸蹲颤"四次。

2. 女性动作

准备 面向圆心,左脚向前一步成右"跪蹲",右脚跟离地,臀部坐于右脚跟上,双手"执蜡条"屈肘抬于胸前,手心向下。

第一~四拍 手心向下做右"云手",双膝随音乐节拍做"屈伸蹲颤"四次(见图四)。

3. 端盆女舞者动作

准备 在圆圈中间,双手端盆于胸前,肘微屈,盆内放一对蜡条,左脚向前一步成右"跪蹲",臀部坐于右脚跟上(见图五)。





图四

图五

第一~四拍 做"屈伸蹲颤"四次,带动身体上下起伏。

第五~八拍 右脚向前一步,左脚跟离地成左"跪蹲",臀部坐于左脚跟上,其他动作同第一至四拍。

# (五)跳 法 说 明

男女舞者人数不限,每人双手中指与食指间各夹一根点然的蜡条,女外男内围成双层圆圈。女舞者外圈原地反复做第一至四拍动作。男舞者成每二人一组面相对反复跳第一至十六拍动作。有一青年女子端盆在圆圈中间跳一会儿,便可从圆圈的任何一方渐跳出圈外,到各来宾面前边歌边舞边讨钱。有的地区,男女各排成一行跟随端盆舞者绕圈跳,端盆者边跳边讨钱,男女众舞者步法皆同端盆舞者步法,手上动作皆反复做右"云手"。

讨钱活动不结束就反复唱跳,讨钱活动结束歌舞即罢。

# (六) 艺人简介

格嫌罕叫 男,布朗族,1920年生,勐海县定西区曼玛村人。

岩大帅 男,布朗族,1922年生,勐海县定西区曼玛村人。

上述二人是曼玛村年长者。年轻时,为讨福钱,在"赕佛"或节日时都参加跳蜡条舞,他们所跳动作较为规范。

传 授 岩赛坎(布朗族)、岩罕对(布朗族) 岩大帅(布朗族)

编 写 张昌明

绘 图雷莹

资料提供 岩香南(布朗族)、赵宏安

执行编辑 吴嘉娴、袁洪光

# 利 阿朗

### (一) 概 述

"利阿朗"是布朗山曼峨寨所独有的一种民间舞蹈。相传在很早以前,这个地处勐海县布朗山区的曼峨寨,曾是布朗族,苗族和佤族杂居的山寨。建寨时,三种不同民族的寨民,相互牵手发誓,要永远团结在一起,因此而产生了这一舞蹈。佛教传入该地区后,此舞逐渐衍变为"赕佛"活动的特有舞蹈。舞者为男性,舞时先由一人念祝词(或祈词),众按祝词载歌载舞。舞者服饰同"宰蹦"中的男舞者。

# (二) 音 乐

阿 利 朗 打英南(布朗族)、岩光温(布朗族) 张昌明 1 = G 慢速 3 <u>5</u> 3 5 7 祝 (啊) 谷 仓, (啊 3 5 3 3 5 3 祝 你 家 山,

THE HERMAN AND SERVICE SEASON SE

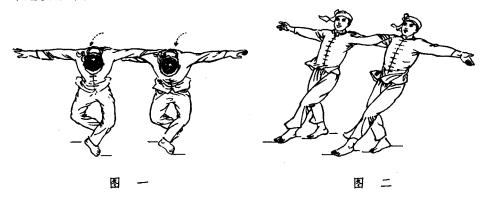
### (三) 动作与跳法说明

#### 动作

准备 舞者连臂搭肩,面对圆心。

第一~二拍 左脚向前上步为重心,双膝微屈,上身随之前俯 90 度,同时做"屈伸蹲颤"两次,带动身体上下起伏(见图一)。

第三~四拍 双脚原位,起直上身,重心移至右脚,同时做"屈伸**蹲颤"**两次,带动身体上下起伏(见图二)。



#### 跳法

利阿朗舞者为男性,人数不限。舞蹈在房屋里和寨中间的场坝进行。舞者连臂搭肩,围圈而舞。开始先由一人在舞圈外念诵祝词(或祈词),念词者不舞。念毕,舞者跟随所念之词配歌吟唱,边歌边舞,无乐队伴奏。舞蹈的长短,根据念词者所念词的多少而定,舞蹈动作以上述四拍基本动作不断重复。利阿朗在一次活动中,要在三个不同场合表演:首跳于"赕佛"者的亲戚家;次跳于寨子中的场坝;最后到主家。三个场合都跳完活动方告结束。

传 授 打英南(布朗族)、岩的新(布朗族)

编 写 张昌明

绘 图雷莹

资料提供 岩香南(布朗族)

执行编辑 吴嘉娴、袁洪光

# 昆格丧葬舞

### (一) 概 述

居住在景洪县勐养乡那回帕村的布朗族昆格人,遇有丧葬时都要运用舞蹈形式进行祭祀活动。祭仪及祭祀性舞蹈共有五种:"统嘎"、"洼别"、"陆普能"、"统摆"、"抗绕"等。

"统嘎"意为"碰竹打鼠",以驱鼠寓意送走死者的灵魂,使其离开生前所生活的地方。 跳"统嘎"前,死者家要杀牛或两口猪,来款待参加者,之后再进行舞蹈。

"注别"意为"赶羊"。一旦村子里长者去世后,村中会做葬仪的人,即来到死者家中。由两人扮"羊",两人扮"赶羊人",在房子里进行丧仪表演活动。"羊"指死者的灵魂,表演赶羊,寓意把死者的灵魂从生前的地方,送到埋葬的地方,使死者有一个新居之地。表演开始,先由赶羊人把两只"羊"(一公一母,意为一男一女)从房子中央慢步赶到左角,当"羊"靠近死者时,赶羊人问道:"会驮还是会犁?""羊"答:"会驮亦会犁"。接着赶羊人又继续慢步把"羊"赶到楼梯口,这时有人问道:"要赶到大勐龙(地名)去卖"(意指要把死者抬出去埋葬)? 赶羊人答:"这里无人买"(意指这里不是埋葬之地)。这时主人把事先准备好的两包草烟,放进赶羊人的背包里作为酬礼,最后请他们把"羊"赶出家门。

"陆普能"意为"竹间跳越",是在死者家门口空地上进行的三人舞。由一舞者在另两舞者击竹竿中间点跳。以表现人生道路的坎坷。

"统摆"意为"棍打鼠",寓意死者已走完人生之路,将离开此地,到另一个世界去。表演前,由一人扮"鼠",另一人手执两米长左右的细竹竿站立敲地,当竹竿抬起时,"鼠"便从竹竿的右边,疾步穿过至竹竿的左边。竹竿又往下敲击,"鼠"又从左边疾步走至右边。如此反复进行,直到结束。

"抗绕"意为"跨越竹竿",是在死者家门前进行的三人舞。舞蹈的主要含意是表现死者 超越了坑坑洼洼的人生道路,即将到另一种生活的地方去。

# (二) 造型、服饰、道具

#### 造 型



男舞者



扮羊者

### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

- 1. 男舞者 上穿自织白色粗布无领无扣上衣(对襟用细布条拴结),外穿一件布小褂子(坎肩),下穿自织白粗布折裆裤,赤脚。
  - 2. 扮羊者 面戴用干笋叶雕刻的羊面具。上衣、裤子同男舞者。



小褂子



羊面具 ①系带孔

#### 道具

- 1. 羊鞭 一般细木棍即可,长1米。
- 2. 竹竿 长 2 米左右即可。

# (三) 动作及跳法说明

#### 统 嘎(碰竹打鼠)

由三人表演,一人扮"鼠",两人碰竹。碰竹者面相对站立,同执两根约2米长的竹竿,按<sup>2</sup>节拍、中速碰击,一拍一次。舞时,先举竹竿于头顶,第一至三拍,竹竿在头顶碰击三下,第四拍放下竹竿于身两侧;"鼠"乘竹竿举在头上碰击时,从竹竿右边做鼠状跑到竹竿的左边。第五至八拍,碰竹竿者动作同第一至四拍,"鼠"从左边跑到竹竿的右边。反复进行。

#### 抗 绕(跨越竹竿)

由三人舞蹈。两执竹竿者面相对站立,同执两根长约 1.5 米的竹竿,准备时垂于身体两侧,第一至三拍按 <sup>2</sup> 节奏、中速于小腹前一拍一次碰击竹竿三下;另一舞者站于竹竿的左边,从竹竿上面跃至右边。第四拍,执竹竿者双手下垂,把竹竿停于胯两侧。第五至八拍,执竹竿者动作同第一至四拍,舞者从右边跃至左边。反复进行。

#### 陆普能(竹间跳越)

属三人舞。两人同执两根长 1 米的竹竿,面相对"全**蹲"**。按 <sup>3</sup> 节拍、中速,第一拍,于膝前向下碰击竹竿一次;另一舞者站竹竿的左边,右脚伸向两竹竿之间点跳一下。第二至三拍,执竹竿者将竹竿向里碰击两次;另一舞者的右脚在竹竿外原地点跳两下。反复进行。

# (四) 艺人简介

**岩坎香** 男,布朗族,1921 年生,景洪县勐养区昆格乡那回帕村人。昆格丧葬舞都会跳,以前寨中办丧事他都参加舞蹈。

传 授 石 格(布朗族)、岩 刚(布朗族) 岩坎香(布朗族)、岩 香(布朗族)

编 写 李金印、张昌明

绘 图雷莹

资料提供 杨 荣

执行编辑 吴嘉娴、袁洪光

# 普米族舞蹈

主 编 李世明 副 主 编 李玉生(普米族) 和寿春(纳西族) 责任编辑 丁 超



# 普米族民间舞蹈概况

普米族主要居住在滇西北的兰坪、宁蒗、丽江、水胜、维西等县,四川省的盐源、木里县也有少量分布。普米族在古文献中称为"西蕃"和"巴直",自称繁多,有"普日米"、"培英米"、"平米"、"批米"、"拍米"、"布"、"俄普"、"尔苏"、"多虚"、"布朗"等,多数称谓含有"白人"的意思。普米族的他称也很多,彝族称之为"窝朱"、傈僳族称"溜溜帕"、藏族称"巴"、纳西族称"博"、壮族称"密而夥"、苗族称"阿曼如"、汉族和白族称其为"西番"。1960年根据本民族意愿统一称为普米族。

普米族语言属汉藏语系藏缅语族羌语支。各地方言分歧不大、互能通话。普米族没有 正式文字,但在"韩规"(巫师)中使用着一种在藏文上加以改变的文字,俗称"韩规文"。

普米族的族源有氐羌说、蒙古说、拉萨说。根据本民族的传说和历史记载,经有关专家研究考证,普米族原是居住在青藏高原甘肃、青海一带的游牧部落,是氐羌的后裔。东汉时的白狼羌是今普米族的先民,居住地即在今川、滇的雅砻江和金沙江流域。云南宁蒗、水宁坝区的"八株",意为"西番(普米)住地";水宁区皮匠街,原名"巴抽古"意为"普米跳舞的地方",说明这一带早就是普米先民活动的地区。

普米族在1949年以前已进入封建社会经济形态,而有些地方还有奴隶社会的残余。

普米族的村落多建于半山缓坡地带,以姓氏和宗支聚族而居。房屋多为垒原木为墙,木板覆顶,上压以石,俗称"木楞房"。房屋一般分两层,大门的门楣上悬挂牛、羊角或鹰等动物的骨头,有避邪和祝愿牧畜兴旺的意思。正房右边设一大火塘,火塘里支粗大的铁三脚架。火塘正上方竖一条石,称为"锅庄",是祖宗和神灵的象征。火塘边的起坐,男左女右,不得相混,以上方为尊。

普米族的生产以农业和畜牧业为主,种植包谷、荞麦、洋芋等,家畜饲养以牛羊猪为主。至今猎到野物,还保持着"见者有份"的原始共产主义遗风。

普米族多数为父系家庭,也有极少数母系家庭。财产实行男子继承制,幼子得坐祖房, 无儿子人家女儿有财产继承权。 普米族歌舞活动很盛,婚、丧及节庆中都有歌舞相伴。

普米族的婚姻多为一夫一妻制。婚配由父母作主,盛行姑舅表优先婚。婚礼程序较繁。 先由男方家长请媒人到女方家说亲,女方家长同意后,即举行敬锅庄的祭祖仪式。祭过锅 庄就算定了婚,尔后还要择定婚期。

结婚多选在冬腊月农闲季节进行,婚礼前要由媒人带领两个年轻人,把礼物背到姑娘家去,称为"过礼"。媒人一定要能说会唱,因为女方村寨每家都要请媒人做客对歌,唱赢则罢,唱不赢就向主人敬酒,请求宽恕。

新娘出嫁的头夜,亲友们要聚到她家唱歌跳舞,彻夜狂欢,祝贺新喜。

婚礼之日,新娘一大早便被送亲客簇拥着上了路,媒人却被锁在一间屋子里,屋内还陪锁着一位主方歌手。门外由两个姑娘手执钥匙把门。主方歌手先唱《锁门调》,媒人懂行,就用《开门调》将锁唱开。媒人唱赢了,门外的姑娘连忙开锁放人,媒人就去追赶送亲的队伍,媒人唱不赢,就得去向新娘的父母敬酒或送一点钱,求得宽恕才能脱身。

新郎这方的村寨里,每家都要背上一坛酒到村口去迎候送亲的客人。两边相见时,要 互相鸣枪致意。新娘到新郎家门口时,长辈要烧一堆松毛,让新娘新郎携手绕火堆转三圈, 表示除秽。进屋后,双双跪拜锅庄。然后由新郎新娘把锅庄两旁的油灯、各自点燃一盏,名 为点长寿灯。礼拜完毕,双方的主要亲人进到屋里,在火塘边每人一碗酒,一份肉,边吃边 展开热烈的对歌。入夜,远亲近邻在新郎家门前燃起熊熊篝火,吹响竹笛或芦笙,手牵手围 绕篝火跳舞,男女青年尽情地欢歌狂舞通宵达旦。

兰坪的普米族,在迎亲仪式中还要跳"仆瓦磋",即"踩毡角舞"。迎亲这天,新郎家要在大门外扎一青松牌坊,并用青松毛从院内一直铺到大门外。在青翠的牌坊前横铺着一床羊毛红漆毡。当迎送新娘的队伍到达门前时,新郎家一长辈立于红漆毡左前方,手持新毛巾跳仆瓦磋,以示对送亲客人的热烈欢迎。送亲队伍中新娘家的主要长辈,上前与新郎家的长辈对跳仆瓦磋,而后走进临时搭的"巴沙"(青棚)内主客对坐,喝酒对歌……。

兰坪的仆瓦磋,丽江的"热那哦那"、"若浪"等舞蹈是专在婚礼时跳的。婚礼上除了这 类专门的礼仪舞蹈外,只要是有助于渲染喜庆气氛,抒发快乐心情的自娱性舞蹈,均可自 由选择,尽情唱跳。

宁蒗、丽江等地的普米族实行火葬。在死者弥留之际,要视其性别,男性牵来一只母绵羊,女性牵来一只公绵羊,毛色以纯白为佳。这是死者的伴侣,它将陪死者一起去到阴间。接着,要唤来一条狗,这是为死者带路的;最后还要牵来一匹马,这是死者的坐骑。人落气后,家人立即爬上屋顶,掀开房头板数块,同时吹牛角、放土炮,向村邻亲友报丧。接着把抽下来的房头板劈开烧水洗尸。洗毕,用酥油涂抹尸体,再用麻布将尸体裹成蹲跪状,然后放入正房后面夹道间的地坑内,上面盖罩铁祸,用稀泥密封,然后请韩规择算发丧日子。

发丧的头夜,村邻亲友聚集治丧人家,在院子里烧起火堆,青年男女拉成圆圈,围绕火堆歌舞。当晚,除了有严格规定的宗教舞蹈及婚礼中的礼仪舞蹈不能跳而外,其它欢快抒 1618 情的民间舞蹈,如"搓蹉"、"贡哩年嘎"、"松迟松勇"、"团结跳"等均可自由选择,尽情欢跳, 使整个丧事过程在悲哀和欢乐交融的气氛中进行。

发丧时,将尸体由夹道间取出,装入一顶"灵轿"(状如花轿的木棺,尸体按蹲跪状直立 放入)。韩规念,"送魂经",举行"给羊子"仪式,之后韩规又给死者念"开路经",向亡灵指引 本氏族的迁徙路线,让其平安返回祖先的发祥地。念毕"开路经",宁蒗县泸沽湖一带的普 米族要跳"祖给舞",即为死者的亡灵驱邪撵鬼,开通道路。手持大刀,身着铠甲的巫师们, 从灵台前开始,纵横跳跃,挥臂砍杀,高声吼叫,旋风一般一直跳到大门外面去。然后由房 屋四角抽下几块房头板,引燃火把前导,亲友们簇拥着,哭天叫地的将灵轿送往火化场去。 尸体焚化后,要到第二天黎明才去捡骨碴。骨灰罐要送到本氏族的祖骨山(又称"罐罐山") 上去,选一颗枝繁叶茂的大树,在树脚挖个洞,将罐置于洞里。之后,还要进行"敬羊"仪式。 时间无定规,有的在人死后几年、有的要十几年,甚至下几代人才举办,主要由经济条件来 决定。"敬羊"至少要几百斤猪肉、几百斤酒。大操大办,相当隆重。要有一定的物质基础。 仪式由韩规主持,仍像刚死人时那样,视死者性别而选一只相对的绵羊,将羊牵至藏有骨 灰罐的大树下,亲属们献上供品,跪拜之后,由韩规手执法铃、给白羊背上,耳中撒糌粑面, 洒酒和涂抹酥油。一边口念祭文,一边围绕白羊跳"敬羊舞"。所敬的白羊即成了祖先的化 身。韩规手摇法铃,绕白羊左右旋跳,以法铃击打为节奏。要一直跳到白羊浑身乱颤起来, 那便是祖先亡灵欣然接受后人的祭奠,保佑子孙兴旺发达。这时,场上情绪陡然高涨起来, 在韩规的带领下,人们欢快地跳起"喜鹊舞"、"牦牛舞"和"熊舞"。而后,将骨灰罐取出,由 两人送往高山去,藏于洞穴石缝中。

兰坪县的普米族习惯土葬。葬俗繁杂,俗称有三十六道祭奠程序,祭奠时间少则一昼夜,多则几天几夜,这全按祭师择定的出殡日子来定。

停尸期间,孝子孝女夜守灵柩,青年男女在房边空地跳"搓蹉舞"或对歌,老年人则唱"苦情歌",到出殡日的头遍鸡叫时,吹师吹起悲哀的"百事调"。"给羊子"仪式开始,孝子孝女每人边哭边给羊子敬一碗青稞酿制的黄酒,敬酒毕。紧接着举行"取羊心"仪式,巫师用极快的速度取出正在跳动着的羊心,并置于托盘内,供至祭台,巫师边祭边数羊心张缩跳动的次数,认为羊心能张缩十三下以上为吉。实际羊心不管张缩几次,巫师总是要数到十三为止。

巫师把死者的盘缠费、衣物一一交待给羊子,并一站一站地指给亡灵回归"故里"的路线,嘱咐他大胆地踏上白色的大道,渡过石鼓金沙江,往东北面爬到龙塘边,继续向"沙乏沙白"走("沙乏沙白"是普米祖先曾经住过的地方)。

出殡的即日,当新坟垒好之后,要在新坟前面举行"寨细蹉"仪式,也就是在新坟前跳"压土舞"。

普米族的传统节日,主要有小过年、过大年、转山节、尝新节、娃娃节、立夏节、端午节等。

过年称为"吾昔",小过年为腊月初七或初八,过大年从腊月最后一天开始。届时要鸣枪放炮,吹海螺号,在锅庄上祭猪头。大年初一早上,黎明时分,要去泉边或溪畔舀水,以先取得净水为吉。宁蒗一带则在此日去罐罐山祭祖。青年男女们要进行对歌、赛马、摔跤、打秋千等娱乐活动。还要请年高德重的长者,在火塘边畅饮着酥哩玛酒,说唱本民族的创业史诗。

旧时过年,要从除夕一直过到正月十五。春节期间的普米村寨,正如《春节歌》中所唱的"老年人像鱼被网兜拢一堆,围在火塘边摆古礼。青年人像珍珠被金线穿成一串,伴篝火踏笛声拉圆了舞圈。"人们穿着节日的盛装,吃肉喝酒,尽情地唱歌跳舞,尽情地快活狂欢。

转山节日期不定,有的选择农历十月的一天,多数则在正月初一到十五之间。转山这天,人人身着盛装,骑马或步行到村寨附近的山上去,途中遇泉池必烧香祭龙王。到了山上、烧香祭山神。在山上还要举行赛马、摔跤、射箭等活动。野餐后,由另一条路下山归寨,不走上山时的原路。下山后村人要相互请客、互相祝愿清吉平安、丰衣足食、幸福美满。夜晚,青年们烧起篝火,举行大规模的"打跳",边唱边舞,尽兴狂欢。

尝新节是在秋收时,把新粮酿成美酒,先祭灶神和祖先,然后悬挂树上,由家长启开酒罐口,先饮三杯,随后家人尽情酣饮,庆贺丰收。夜里,青年们烧火堆打跳,尽兴而散。

由于受汉族传统文化的影响,普米族也过端午节,但内容却有所不同。青年男女们相邀到选定的高山或草坝间聚会,举行对歌、赛马、射箭等活动。有些地方还将这天作为定婚、抢婚的吉日。老年人则喜好草乌浴,草乌俗能祛风除湿、舒筋活络、强壮身体。夜里,青年们烧火堆打跳,异常的热闹欢快。

1973 年秋天,在青海省大通县上孙家寨一座马家窑文化的墓葬中,出土了一件内壁 绘有舞蹈纹的彩陶盆,据测定,其年代为五千至五千八百年。发现彩陶盆的湟中一带,正是 古羌人的世居之地。普米游牧祖先们正是从湟河、赐支河一带开始迁徙,逐渐向南,而后散居于如今的川滇边境一带。普米族是古羌后裔,发端于祖源地的传统舞蹈艺术,对普米族 民间舞蹈的形成、演变产生着巨大的影响。这种渊源关系,我们可以在普米族的现实生活 及舞蹈现状中找到有力的印证。

彩陶盆上的舞人,均有鲜明突出的头饰、状如发辫盘头。"右衽编发"这正是普米族的传统习俗,普米族的游牧祖先被称为"牦牛种",至今,普米族妇女仍喜用牦牛尾和青丝线交织成假辫盘头,发辫染成黑色,以粗大光泽为美。普米族妇女的头饰与彩陶盆上舞人的头饰如出一辙,这绝非偶然,而是有着血缘联系的。

彩陶盆上的舞人,身后有突出的尾饰,应为羌人,羌字从人从羊,意为牧羊人。依照当时的生产方式来判断,彩陶盆上舞人的尾饰,亦应为羊皮之尾。衣带尾之全羊皮,是游牧民族普遍的习尚。习尚的演变是较缓慢的,时隔五千多年,至今普米族仍喜欢在衣服外面披一张羊皮,尤其是普米族妇女,每人必有一张美丽的全羊皮,毛色以白为美。尽管历史漫长,岁月依稀,但仍然可以看出,普米族着羊皮的习尚和彩陶盆上舞人的衣着尾饰是一脉1620

相承的。

彩陶盆上的舞蹈形式,是牵手而舞,连臂踏歌,转圆圈。如今普米族的娱乐性舞蹈,也全部是手拉手围成圆圈而舞。甩手跺脚,摇头摆尾,这完全保持了古代先民们"联袂踏歌","牵手而舞"、"转圆圈"的原始舞蹈基本特征。数千年一脉贯之。

普米族的歌谣和故事中,有许多记述舞蹈的内容:兰坪的搓蹉,也称"羊皮舞"。宁蒗的"甲蹉舞",普米族和邻近的摩梭人,无论男女老幼,几乎没有不会跳的。丽江的团结跳,也是一个普遍流传、人人会跳的娱乐性舞蹈。这三个舞蹈,虽然地区不同,曲调各异,跳法有别,但这三个舞蹈的来历,却有一个基本相同的传说。相传在一次战争中,普米族的祖先被敌人打败,伤亡惨重,残部败逃,敌人却紧追不舍。损失惨重的普米人逃到一座山梁上,天黑了,追兵在山下安营扎寨歇了下来,普米人也就宿营在山梁上。夜里,为了防御敌人袭击,坚强的普米人团结一心,烧起熊、篝火,手牵手围着篝火唱歌跳舞。山下的敌人看见山梁上篝火通明,有人从火堆前连续不断地走过,不计其数。以为是普米人的援兵到了,便慌忙拨营退去。舞蹈帮助普米族祖先化险为夷。自那以后舞蹈便流传了下来。

民间故事《甲蹉的来历》说:相传在遥远的古代,人间没有火种,大地上一片黑暗,生活非常艰难,有一位普米族少年,到天宫去求火种。可任普米少年苦苦哀求,天神都不赐给火种,小伙子为了使人间获得火而去偷火种。他偷了火种刚要离开天宫,便被天神发现,天神派兵追杀。偷火的少年浑身被箭射成了筛眼状,他一口吞下了火种,即刻变成了一个火球,落到了大地上。小伙子舍身把火球传到人间,从此人类有了光明,有了温暖。先民们为了纪念这位为人间安乐而献身的小伙子,他们将火把汇集在一起,手拉手围着火堆唱起歌、跳起舞。现在普米族跳的搓蹉就是从那时沿袭下来的。

普米族的民间舞蹈,大体上可分为宗教舞蹈和娱乐舞蹈两大类。

普米族的宗教舞蹈,均为原始宗教舞蹈。目的是崇奉神灵,驱邪撵鬼。从表演场合看,都在特定的宗教活动中表演。如驱邪撵鬼时跳"醒英蹉"、葬礼中跳寨细蹉、敬羊舞等。哪一种宗教舞蹈在哪一种宗教活动中跳,教规分明、不得相混。非宗教活动的场合是不允许跳专门性宗教舞蹈的。

从表演人员看,宗教舞蹈具有非常强的专业性。只由训练有素的巫师表演,人数一般不多。

宗教舞蹈的伴奏,为了营造神秘和恐怖气氛,多用鼓、锣、铃等打击乐器,渲染出夺人的声势。

普米族的宗教舞蹈,全是男子舞蹈,大都佩有法器或刀剑、铃等器械。表演时,或持刀握铃,转跳腾挪;或击鼓纵横,伴以念颂咒语或高声猛唱;或摹拟禽兽状,情态奇诡、气韵别致。这类男性舞蹈,动作雄浑刚健,虎虎有力、气势逼人,显示出一派阳刚之气。这种风格,充分体现了普米族坚毅、勇猛的大无畏性格。

宗教舞蹈因其特定作用,造成了它不易流传和发展的局限。在生产方式转换,社会制

度变更的历史进程中,许多宗教舞蹈已逐渐淹没,传承下来的宗教舞蹈,呈现出两大特点:一是由繁趋简。如醒英蹉、寨细蹉等,原都具有非常丰富的内容和繁杂的表现形式。如今从内容到形式以及表演的人数都简略得多了。二是转化成娱乐性舞蹈。例如:普米族是具有狩猎传统的民族,猎人都崇拜山神,出猎有所收获是山神的赐予,空手而归是因为山神不高兴,不愿赐予。所以,出猎前要戒房事,要焚香祷告山神。有所收获的猎人归猎后,要扛着野猎、獐、鹿等猎物欢歌狂舞,感谢山神,同时祈求山神下次更慷慨的赐予。若浪就是最初猎人满载而归后感谢山神,取悦山神而背负猎物唱跳的祭祀性舞蹈。而现在则是在婚礼中跳,新娘出嫁的头天晚上,亲戚朋友前往祝贺新喜。在葫芦笙的伴奏下,青年男女扛着猪火腿,粮食袋子,围着篝火边跳边唱:"姑娘出嫁了,家里办了件大事,但仍有吃不完的粮食和肉,丰收神永远保护着我们,我们的日子永远富裕兴旺。"性质已完全不同了。

普米族的打跳,是以青年男女为主的娱乐性集体舞蹈。人数不限,少者几人,多则几百人。只要有块平地,有一支伴奏的葫芦笙、四弦琴或竹笛就能起舞,不受时间和空间限制,白天伴着太阳,夜晚围着篝火,尤以夜晚最为普遍。不论是婚丧嫁娶,还是年节庆典,一句话只要有喜可庆,有心想乐,就可欢聚歌舞,尽兴狂欢。

普米族的民间娱乐性舞蹈,普遍具有歌、舞、乐三位一体的特点。舞蹈形式正如普米族 民歌所唱的:"如金线把珍珠穿成一串,手拉手跳成十五的月亮。"娱乐舞蹈全是手拉手转 圆圈的舞蹈形式。人们挽手而跳,伴以高亢洪亮、情感激越的唱词。特别是普米族妇女雪 白的长裙随舞步轻盈飘旋,似白鹭翻飞,正如《打跳歌》中所唱的:"笛声不停莫歇脚,舞场 上没有陡岩子,脚底板下没有刺,跳它个地动山也摇。"在喜庆的集会之夜,欢快的娱乐性 舞蹈,往往一跳就是通宵达旦。

普米族和滇西北高原上的纳西族、白族、彝族、藏族、傈僳族、汉族等兄弟民族相邻或杂居相处。无论在风尚习俗、民族文化,甚至语言方面都互相影响。兰坪县的普米族在习尚、服饰方面受白族和汉族的影响较突出。醒英蹉中的道具扁铃、拨浪鼓等,明显是受了藏传佛教的影响。仆瓦磋中的作揖等动作,又透出汉族文化的影子。宁蒗、丽江县的普米族宗教习俗方面受藏族的影响较多。因而,表现在舞蹈方面,如甲蹉舞、羊皮舞、锅庄舞、裹草帘子舞等许多舞蹈,都为几个民族所共跳。相互渗透、融合变化,丰富发展,有些舞蹈甚至难以追寻其母体。

(执笔:李世民)

# 普米族舞蹈的常用服饰

#### 兰坪县普米族服饰

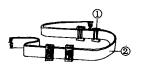
1. 男青年 头戴礼帽或裹白色包头,穿白色对襟上衣,蓝中式裤,系五色窄氆氇腰带或有木板夹的布腰带,外套镶湖蓝、粉红两色花边的麂皮褂,脚穿长皮靴或皮鞋。



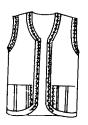
兰坪男青年之一



兰坪男青年之二



有木板夹的布腰带 ①木板夹 ②布腰带



麂皮褂

- 2. 中老年男子 穿红色对襟上衣,外套深蓝色领褂,系月白色腰带,其他同男青年。
- 3. 女青年 头戴黑纱帕或绣花边蓝色方帕,穿白色大襟上衣,蓝色中式长裤,外套前短后长的氆氇或灯蕊绒领褂,系围裙和五色氆氇腰带,脚穿剪口皮鞋或布鞋,坠耳环,颈戴银须衣领,腰右侧佩挂一串用玛瑙、贝壳穿成的钥匙链。



兰坪女青年之一



兰坪女青年之二



领 樹①前摆 ②后摆



氆氇腰带



银须衣领

4. 中老年妇女 头裹白色包头,蓝色或白色对襟上衣、蓝中式长裤, 外套暗红色领褂,系蓝腰带,脚穿黑布鞋。

#### 丽江地区普米族服饰

1. 男青年 戴黑礼帽,穿黑色镶金边大襟衣,蓝色中式长裤,系五色 宽氆氇长腰带,脚穿长靴子。



丽江男青年

2. 女青年 头盘用牦牛尾和青丝线交织而成的假辫,穿红色或黑色金丝绒镶金边大襟衣,月白色或天蓝长百褶裙,系五色宽氆氇长腰带,脚穿尖口皮鞋或黑布鞋,颈戴银须衣领,戴银或玉石耳坠、腰前佩挂用玛瑙珠和贝壳穿成的钥匙链。肩披羊皮披肩。



丽江女青年(正面)



丽江女青年(背面)



氌宽腰带



尖口羊皮鞋



羊皮披肩

# 搓蹉

### (一) 概 述

"搓蹉"为普米语,"搓"意为(这种)舞,"蹉"意为跳,即跳(这种)舞之意。舞时,领舞者按一定节奏击羊皮,起到鼓声的效果,因而也叫"羊皮舞"。此外,还有"四弦舞"或"普米锅庄"之称。主要流传于兰坪县的通甸、河西、啦井、金顶及石登等乡镇普米族聚居的村寨。

搓蹉舞,传说原有十二套,但经过长期流传,各地的舞步都有发展,不同的舞步日趋增多。不过表现手法大同小异,音型、节奏基本固定。现介绍的是六十年代以前,通甸龙塘、水俸一带跳的十二套舞步。其主要特征是:踏跺的力向为纵的关系(力点在重心脚前脚掌),跨步(走步)的力向为横的关系(力点在胯部),退步时前俯,上身和下身力向相反,上前时(自然)后仰,上下身力向亦相反(力点在小腹部位)。力向为纵向关系的代表性节目有"登呸楞拉"(一边两脚);力向为横向关系的代表性节目有"陡拜需徐蹉"(臀部相撞舞),力向(上下身)相反的代表性节目有"综蹉"(团聚舞)的第一种跳法。

速度,一般为中速。速度慢时,舞步轻盈、飘洒,仿佛微风有节奏地牵动着衣裙。速度加快时,舞步粗犷、有力。

队形,主要有(手牵手的)单圆圈、双圆圈及半圆圈,一般习惯逆时针方向跳,也可顺时针方向跳。若围成双圆圈时,同方向和不同方向跳均可。舞时不受时间、地点和人数的限制,参加跳舞的人可随时介入,也可先后起步,也可部分人舞,另一部分人边走边唱(民歌)。待唱完后,又随之起舞。

节拍有 $\frac{1}{4}$ 、 $\frac{2}{4}$ 、 $\frac{4}{4}$ 、 $\frac{4}{4}$ ,这五种节拍穿插使用。弱拍时加进击羊皮声、筷子击木碗声及板夹声,使流畅的旋律出现了强弱颠倒的现象,造成了一种特殊的节奏效果。

# (二) 音 乐

传授 李耀文(普米族) 记谱 李玉生(普米族)

该舞除用四弦伴奏外,尚有舞者用双手拍打身上穿的羊皮褂,以及敲击手中道具(板夹、碗筷等)。这些节奏分别写在谐中。

#### 团 聚 舞

1 = F 中速稍快

#### 相 追 舞

1=F 快速

### 左抬右抬

1=F 快速

#### 左三脚右三脚

四 弦 
$$\begin{bmatrix} \frac{4}{4} & 3 & 5 & 6 & 6 & 6 & 3 & 5 & | \frac{2}{4} & 6 & 3 & 5 & | \frac{4}{4} & 5 & 3 & 2 & 1 & | \frac{2}{4} & 2 & 3 & 1 & | \\ \pm & \mathcal{E} & \begin{bmatrix} \frac{4}{4} & 0 & \chi & \chi & 0 & | \frac{2}{4} & \chi & 0 & | \frac{4}{4} & 0 & \chi & \chi & 0 & | \frac{2}{4} & \chi & 0 & | \\ \end{bmatrix}$$
四 弦 
$$\begin{bmatrix} \frac{4}{4} & 1 & 6 & 2 & 2 & 2 & 6 & 1 & | \frac{2}{4} & 2 & 6 & 1 & | \\ \pm & \mathcal{E} & \begin{bmatrix} \frac{4}{4} & 0 & \chi & \chi & 0 & | \frac{2}{4} & \chi & 0 & | \end{bmatrix}$$

#### 左一踏右两踏

### 臀部相撞舞

### 左两脚右一踢

## 龙跳舞

#### 拴妮拴隆拴令令

#### 鞋底相碰舞

# 结 尾 舞

四弦 
$$\begin{bmatrix} \frac{2}{4} & 3 & 5 & 6 & 6 & 6 & 6 & 3 & 2 & 2 & 2 & 5 & 1 & 1 & 1 & 2 & 6 & 0 \\ & & & & & & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & & \\ & & & & & & & & \\ & & & & & & & & \\ & & & & & & & & \\ & & & & & & & & \\ & & & & & & & & \\ & & & & & & & \\ & & & & & & & & \\ & & & & & & & & \\ & & & & & & & \\ & & & & & & & \\ & & & & & & & \\ & & & & & & & \\ & & & & & & & \\ & & & & & & & \\ & & & & & & & \\ & & & & & & & \\ & & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & & \\ & & & & \\ & & & & & \\ & & & & \\ & & & & & \\ & & & & \\ & & & & & \\ & & & \\ & & & \\ & & & & \\ & & & \\ & & & \\ & & & \\ & & & \\ & & & \\ & & & \\ & &$$

四 弦 
$$\begin{bmatrix} 3 & 2 & 6 & 0 & 0 & \frac{3}{4} & 3 & 2 & \frac{6}{6} & \frac{6}{6} & \frac{6}{6} & \frac{0}{4} & \frac{2}{4} & \frac{3}{2} & \frac{2}{2} & \frac{1}{2} & \frac{1}{3} & \frac{3}{2} & \frac{6}{6} & \frac{1}{6} & \frac{1}{4} & \frac{2}{4} & \frac{1}{6} &$$

### (三) 服饰、道具

#### 服 饰(均见"普米族舞蹈的常用服饰")

- 1. 男舞者穿日常生活服装(见"兰坪男青年服饰之二"),系一条带有木板夹的腰带。
- 2. 女舞者(见"兰坪女青年服饰之一")

#### 道具

- 1. 四弦琴(见"统一图")
- 2. 羊皮 将整张羊皮折叠成包袱状。
- 3. 木碗、竹筷 日常生活用品。

### (四)动作说明

#### 1. 团聚舞(综蹉)之一

准备 众舞者围成圈,面对圆心相互"拉手"(见"统一图")。以下除另说明外,准备动作均同此,文略。

第一~二拍 右腿微屈稍前踢,左脚原地踮一下,双臂向前甩起自 然落下。

第三~四拍 右脚向右横移一步, 胯向右微摆(见图一), 左脚随之 靠于右脚旁, 双臂动作同第一至二拍。

第五~六拍 同第三至四拍。

第七拍 右脚踏地,左腿屈膝稍前踢,上身前俯,双臂后甩。



图 一

#### 2. 团聚舞之二

第一~二拍 左腿屈膝向左前稍踢起,右脚顺势小跳一下,双手甩至两肩前(见图二)。

第三~四拍 落左脚,右脚在左脚旁跺地,双手先下甩、再上甩回原位。

第五~七拍 右脚向右移一小步,左脚靠至右脚旁,用前掌跺地两下,同时双手随之带"顿"劲向下甩动两次。

第八~十四拍 做第一至七拍的对称动作。

3. 相追舞(掖移蹉)

第一~二拍 右脚向右迈一步,同时,身体转向右前方,左脚跟至右脚旁跺地,双膝随之颤动一下,双手由前向下甩。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

4. 左抬右抬(惹幽伟幽)

第一拍 左脚踏地,右脚稍前踢,双臂自然前甩。

第二~三拍 左脚压脚跟两次,同时双手带"顿"劲小幅度向下甩两次。

第四~六拍 右脚落地,做第一至三拍的对称动作。

第七~九拍 同第一至三拍。

第十~十一拍 右脚向右迈出,随即小跳一下,左脚顺势稍前踢,双臂自然前甩。

第十二拍 左脚落地,双臂下垂。

第十三拍 右脚跺地,双臂自然前甩。

第十四拍 右脚向右移一步,双臂下垂。

第十五~十六拍 左脚在右脚旁跺地两下,双臂自然前甩。

第十七~二十三拍 做第十至十六拍的对称动作。

5. 左三脚右三脚(惹宋迟伟宋迟)

第一拍 左脚向左移一步。

第二~三拍 右脚原地跺两下。

第四拍 右脚前抬,与对方脚底相碰(见图三)。



图二



图三

第五拍 右脚原地跺一下。

第六拍 做第四拍的对称动作。

第七~十二拍 同第一至六拍动作。

第十三~十五拍 二人落左脚,右脚跺地两下,同时,分别向左、右转半圈,成背对背。

第十六拍 二人右小腿后踢,脚底相碰,右脚也可前伸与面相对的舞者相碰脚底。

第十七拍 右脚原地跺一下。

第十八拍 做第十六拍的对称动作。

第十九~三十拍 做第十三至十八拍的动作两遍。

第三十一~三十三拍 落左脚,右脚跺地两下,二人同时举臂,分别向左、右转半圈成面对面,双臂随即下垂。

第三十四~三十六拍 同第四至六拍。

6.臀部相撞(陡拜需徐蹉)

第一~二拍 右脚向右迈步顺势小跳一下,左脚随之稍前踢,同时,双臂自然前、后甩一次。

第三拍 左脚落地的同时,双腿屈膝,右脚靠于左脚旁,顺势向左摆胯,双臂自然前甩。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五拍 做第三拍动作,同时左胯与左舞者右胯相撞。

提示:跳时可根据情绪,在第二拍和第四拍时,相邻舞者做对称动作,依次与左、右舞者相撞胯部;最后一拍亦可在胯部相撞的同时,外侧脚向后踢起,与舞伴脚掌相碰(见图四)。

7. 左两脚右一踢(惹楞喇伟大幽)

准备 众舞者"拉手"成圈,面对圆心(以男女二人对跳为例)。

第一~三拍 女左脚向左移一小步,右脚前脚掌在左脚旁点地两下,身体转向右前,右手举至右前上方,左手在左下方,男双脚动作同女,其它动作与女对称(见图五)。



图四



图五

第四拍 二人右脚向前稍踢起,同时,左膝上、下颤一次。

第五~六拍 女右脚落地,左腿微屈向前稍踢起,同时左转身四分之一圈,右手向下

甩,左手甩至左前上方;男双脚动作同女,其它动作与女对称。

第七~十二拍 同第一至六拍。

第十三~十四拍 女左脚落地,右脚在右前点地一下,同时向右转身四分之一圈,左 手向下甩,右手甩至左前上方;男脚的动作同女,其它做女的对称动作。

第十五~十六拍 做第五至六拍的对称动作。

第十七~十八拍 做第十三至十四拍的对称动作。

第十九~二十四拍 做第十三至十八拍的对称动作。

8. 碗筷舞(弱垮可闪蹉)

准备 众舞者围成圆圈,左肩对圆心,左手持一木碗,右手持一把筷子。

第一拍 右脚向前迈一步。

第二~三拍 双腿屈膝,左脚在右脚旁跺地两下,同时上身前俯,右手用筷子在左前下方击木碗两次。

第四拍 左脚向前踢起,右脚原地小跳一下,上身立起。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十六拍 同第一至八拍。

第十七~十八拍 右脚向前迈一步,双腿屈膝,左脚跟至右脚旁跺地,同时头倒向右,双手在左前上方击木碗一次。

第十九~二十拍 做第十七至十八拍的对称动作。

第二十一~二十三拍 同第一至三拍。

第二十四~二十五拍 左脚前迈随即小跳一下,同时,右脚稍前踢,上身立起。

第二十六~二十七拍 右脚向前迈一步,双腿屈膝,左脚跟至右脚旁跺地一下,同时上身前俯,双手在右前下方击碗一次。

第二十八~三十拍 做第二十一至二十三拍的对称动作。

提示:跳动中逢击木碗时,舞者可视自己的情趣,在腰、耳两旁,大腿下以及身前、身后等位置击木碗。

9. 龙跳舞之一(稀操蹉)

准备 众舞者面对圆心"拉手"围成圈(以男女二人对跳为例)。

第一拍 女右脚踏地的同时,左腿屈膝上提,上身右拧,右手甩至右上方,左手甩至左前下方,男双脚动作同女,其它动作与女对称。二人成侧身相对。

第二~三拍 二人左脚前脚掌在右脚旁点地两下,同时右腿原地小跳两下,右膝顺势稍屈伸。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

10. 龙跳舞之二(稀操蹉)

准备 众舞者围成圆圈或半圆圈,相互"拉手"。

第一拍 右脚踏地一下的同时,左腿屈膝上提,双手自然向前甩。

第二~三拍 左脚前脚掌在右脚旁点地两下,双手随之带"顿"劲向下甩两次。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

11. 拴妮拴飞拴令令(之一)

准备 众舞者"拉手"成圈,左肩对圆心。

第一~三拍 右脚起向右跑三步,第三步右脚落地的同时,左腿微屈向前稍踢起,上身顺势稍后仰,双手自然前甩两次。

第四拍 右脚原地踮起即落。

第五~六拍 左脚向后落地膝稍屈,右脚勾脚收回至左小腿前,上身微前俯,目视左下方,双手自然前甩。

12. 拴妮拴喺拴令令(之二)

准备 众舞者手"拉手"成圈,面对圆心。

第一~四拍 右脚起向前跑三步后,左脚顺势稍前踢,上身略俯,同时双手前三拍带"顿"劲向下甩三次,第四拍向前甩起。

第五~六拍 左脚落地,右腿微屈稍前踢,双手向后甩,上身随之略前俯。

13. 鞋底相碰舞(举贝纵综蹉)

准备 二人面对面站立。

第一~二拍 左脚向左移一步,右脚跺地一下。

第三拍 右腿前抬,与对方鞋底相碰(参见图三)。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

第七~十二拍 同第一至六拍。

第十三~十五拍 落左脚,右脚跺地两下,同时各自向右转半圈,成二人背对背。

第十六~十八拍 做第十三至十五拍的对称动作(不转身)。

第十九~三十拍 背对背做第一至十二拍动作。逢抬腿均改为小腿后踢,与身后舞者的鞋底相碰。

第三十一~三十三拍 左脚先跺地一下,右脚再跺地两下,同时,各自向右转半圈成面对面。

第三十四拍 右脚向右移一小步。

第三十五~三十六拍 左脚跺地两下。

提示:跳此舞也可"拉手"围成圆圈,第一至三拍与右侧舞伴对跳,举右臂,第四至六拍与左侧舞伴对跳,举左臂,依此类推。

#### 14. 结尾舞

第一拍 左脚前踏一步,右脚向左前稍踢起,双臂自然前甩,胯稍向左摆。

第二拍左脚原地小跳一下,双臂自然后甩。

第三~四拍 做第一至三拍的对称动作。

第五~七拍 左脚起向前走三步,膀随步伐左、右扭动,双臂自然下垂。

第八拍 双腿并拢,屈膝跳向左前跺地一下,同时上身前俯。

第九拍 做第七拍的对称动作。

第十~十一拍 双腿并拢屈膝,跳向右前跺地两下,同时上身前俯。

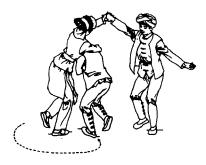
第十二~二十二拍 做第一至十一拍的对称动作。

#### 15. 套手转身

做法 众舞者成排或围圆站立,与两侧舞者"拉手"。由领舞者起,左手牵左侧人右手,原地向左转一圈,使左手搭于右肩,右手叉腰或自然摆动(见图六),随之继续向左环绕从第二至第三人手下钻过,被钻人同时抬起手(见图七),然后,领舞者继续向左环绕,从第三至四人手下钻过。如此递次进行,被钻之人依次将左手搭至右肩。然后按此方法反向依次钻过各人手臂,最后仍恢复成开始的姿态。



图六



图七

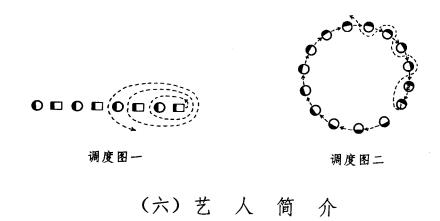
#### 16. 拉手钻圈

做法 众舞者围圈面对圆心,领舞者左手与左侧人相拉,右手叉腰,其他人双手与两侧人相拉,高举过头。领舞者双膝稍屈,左脚起一拍一步向前走,走时双膝稍颤动,上身稍前俯,绕过第三人身后,从第三、四人的手臂下向前钻出(参见图七),再从第四、五人手臂下向后钻过,如此蜿蜒穿至最后一人。其他人跟随其后做相同动作。

# (五) 跳 法 说 明

跳搓蹉时,舞者围着篝火,面对圆心,手拉着手,逆时针方向边唱边舞。圈内有两个领舞者(①②),一人弹奏四弦琴,一人手持筷子、木碗或执羊皮,两人边伴奏,边对舞,也可在圈外跳。持木碗筷子或羊皮的人按节奏敲击木碗或拍羊皮。众舞者在做"臀部相撞"时,用胯部的木板夹与左右舞伴相撞发出声响,以增加气氛。换动作时,先变换曲调,众舞者可先1636

后陆续介入变换动作。"左三脚右三脚"和"鞋底相碰舞"可站成"满天星"(即二人一组面相对,若干组遍布舞场)或"你来我往"队形(里外两圈,反方向行进),两人一组对跳;也可手拉手与左右人对跳;"碗筷舞"可一人单独表演,也可两人对跳或集体跳,全凭临场情绪的高低即兴发挥;"拴妮拴뿉拴令令"的队形变化较多,可分里外两圈,同向或反向、前进或后退跳;"龙跳舞"偏重于队形变化,舞者边跳边做"套手转身"(见"调度图一")或"拉手钻圈"(见"调度图二"),队形变换的繁与简由领舞者掌握。



李玉宝 男,普米族,1944年出生于兰坪县通甸乡龙潭村的一个贫苦家庭。

李玉宝自幼酷爱舞蹈。从小会跳普米族民间舞蹈搓蹉,是舞场上的领舞和组织者。他 会演奏四弦琴、小三弦、三大弦、口弦、笛子、唢呐等多种民间乐器,并能制作四弦琴、三弦 琴、唢呐等民间乐器。

1980年李玉宝参加了兰坪县艺人会,1988年参加了兰坪白族普米族自治县的建县庆祝文艺演出活动,并协助电影片《怒江情》"搓蹉"的拍摄工作。他培养的民间歌舞、乐器人才曾参加过县、州和省级的大型文艺活动。

传 授 李耀文(普米族)

编 写 李玉生(普米族)

绘 图 许明康

执行编辑 丁 超、陈菊珍

# 查 蹉 舞

#### (一) 概 述

"查蹉"为普米语,即"打跳"之意,是普米族民间娱乐性舞蹈的统称。

普米族在过年、转山节、尝新节等所有年节庆典以及婚丧嫁娶等热闹场合都要打跳娱乐。

查蹉以青年男女为主,人数不限,少者几人,多者几百。只要有一块平地就能跳了。多用竹笛或芦笙伴奏领舞。白天伴着太阳,夜晚围着篝火,而以夜晚跳为主。内容多为表现生产活动和生活情景。形式为男女手挽手,面向圆心,按逆时针方向转圆圈。舞蹈风格刚健,在对脚,跺脚、或是摆腿甩手的同时,伴以高亢宏亮、情绪激越的唱词,使节奏更加明快,舞姿更加动人,情感更加奔放。特别是普米族女性雪白的长裙随舞步轻盈飘旋,更显出普米族女性独特的风姿和魅力。

查蹉套路丰富,民间传说有"七十二调"。基本套路有"来打跳"、"纺麻调"、"合脚舞"、 "洗衣调"等。变化多端,快慢相济。快时动作豪放刚健,慢时舞姿悠然自乐。

查蹉在宁蒗县、丽江县、兰坪县、水胜县等所有普米族居住地区都流行。杂居相处或是相邻而居的纳西族、白族、藏族、壮族、彝族、汉族等兄弟民族都喜欢跳查蹉,各地所跳的查 蹉大同小异。

### (二) 音 乐

支 蹉

 1 = G 慢速
 传授 啊衣思给 (普米族) 记谱 杨学文

 4/4 5 - - - | 1 23 5 6 1 5 - | 2 3 1 2 6 1 5 32 1 |

 23 5 5 3 23 1 2 | 2 5 6123 5 - | 1 23 5 6 1 5 - |

 23 i 26 i 5 32 1 | 65 3 3 1 23 1 2 | 2 5 6123 5 - |

来 打 跳

 1=F 快速
 传授 啊衣思给 (普米族)

 2/4 2·3 5 6 | 2 2 | 2·3 5 6 | 2 2 | 2·3 6 5 | 5 23 2 |

 5 2 2 5 | 2 16 5 | 1 1 5 61 | 2· 3 | 2· 3 5 61 | 2 - |

 2· 3 6 5 | 5 23 2 | 5 2 2 5 | 2 16 5 | 1 1 5 61 | 2· 3 |

 2· 3 5 61 | 2 - ||

两 步 调

1 = G

传授 胡继新 (普米族) 记谱 张金山

 $356\dot{1}$   $\dot{1}$  65 3 5 6 12 65  $\dot{3}$   $\dot{3}$  -  $\dot{\hat{2}}$   $\dot{1}$  65  $\dot{3}$   $56\dot{1}$   $\dot{1}$  $\underline{6} \ \underline{6} \ \underline{1} \ \underline{2} \ \underline{3} \ \widehat{6} \ \underline{1} \ \underline{0} \ \underline{6} \ \underline{2} \ \underline{5} \ \widehat{3} \ - \ \underline{2} \ - \ \underline{0} \ \underline{1} \ \underline{6} \ \underline{3} \ \widehat{6} \ \underline{1} \ \underline{0}$  $\overset{\frac{1}{2}}{\cdot}$   $\overset{\cdot}{\underline{1}}$   $\overset{\cdot}{\underline{6}}$   $\begin{vmatrix} \frac{3}{4} & \underline{6} & \underline{i} \\ \frac{3}{4} & \underline{6} & \underline{i} \end{vmatrix} = \frac{3}{4} & \underline{6} & \underline{i} \end{vmatrix} = \frac{3}{4} & \underline{6} & \underline{i} \end{vmatrix} = \frac{3}{4} & \underline{6} & \underline{i} \end{vmatrix} = \frac{3}{4} & \underline{6} & \underline{i} \end{vmatrix} = \frac{3}{4} & \underline{6} & \underline{i} \end{vmatrix} = \frac{3}{4} & \underline{6} & \underline{i} \end{vmatrix} = \frac{3}{4} & \underline{6} & \underline{i} \end{vmatrix} = \frac{3}{4} & \underline{6} & \underline{i} \end{vmatrix}$  $\frac{3}{4} \stackrel{.}{\cancel{3}} \stackrel{.}{\cancel{5}} \stackrel{.}{\cancel{6}} \stackrel{.}{\cancel{1}} \stackrel{3}{\cancel{3}} \stackrel{1}{\cancel{4}} \stackrel{2}{\cancel{6}} \stackrel{.}{\cancel{1}} \stackrel{3}{\cancel{6}} \stackrel{1}{\cancel{6}} \stackrel{3}{\cancel{5}} \stackrel{3}{\cancel{5}} \stackrel{3}{\cancel{5}} \stackrel{1}{\cancel{6}} \stackrel{1}{\cancel{6}} \stackrel{1}{\cancel{6}} \stackrel{3}{\cancel{6}} \stackrel{1}{\cancel{6}} \stackrel$  $\frac{3}{4}$   $\frac{\dot{2}}{3}$   $\frac{3}{65}$   $\frac{65}{3}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{\dot{1}}{4}$   $\frac{\dot{1}}{6}$   $\frac{\dot{1}}{4}$   $\frac{\dot{3}}{6}$   $\frac{\dot{1}}{4}$   $\frac{\dot{3}}{6}$   $\frac{\dot{3}}{4}$   $\frac{\dot{3}}{6}$   $\frac{\dot{3}}{4}$   $\frac{\dot{2}}{6}$   $\frac{\dot{1}}{4}$   $\frac{\dot{6}}{6}$   $\frac{\dot{1}}{6}$   $\frac{\dot{1}}{6}$  $\frac{3}{4}$  6  $\frac{1}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{$  $\frac{3}{4}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{1}{3}$   $\frac{35}{5}$   $\frac{33}{5}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{1}{10}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{3}{5}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{33}{4}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{30}{5}$  $\frac{3}{4}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{3}{35}$   $\frac{3}{35}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{0}{5}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{1}{6}$ 

#### 合 脚 跳

 1=G 中速
 <td rowspan="3" color="1" color=

### (三) 动作说明

#### 1. 开跳(支蹉)

第一~四拍 左脚往右脚前轻跺三下,上身稍仰,然后左脚向前落地,右脚屈膝自然 后抬,上身稍俯双手前、后甩二次。

第五~八拍 做第一至四拍的动作。

第九~十拍 右脚原地踮一下,同时左腿稍前抬,双手向前甩一次。

第十一~十二拍 左脚向前落地,右脚前脚掌在左脚后跟处跺地一下,同时上身前俯,臀部向后拱,双臂顺势甩向后方(见图一)。

第十三~十六拍 做第十一至十二拍的动作两次。

第十七~二十四拍 做第一至四拍的动作两次。

第二十五~二十八拍 做第九至十拍的动作两次。

第二十九~三十六拍 做第十一至十二拍的动作四次。

2. 来打跳(拉蹉右)

做法 与"开跳"相同,节奏稍快,呈欢快气氛。

3. 跳神山(嘎木蹉)

做法 与"开跳"相同。

提示:以上三个动作虽跳法相同,但由于音乐旋律和速度不一而风格各异。

4. 新麻跳(索蹉)

第一~二拍 右脚向左前踏一步,左脚紧接着在右前踏一步,身体顺势右左摆,双手随节奏上下自然甩动。

第三~四拍 右脚向右前踏一步,左腿随即微屈膝向左前撩起 25 度,同时右脚跟踮一下。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

5. 纺麻调(阿什撒星蹉)

准备 舞者相互"拉手"成圈,面对圆心。以下说明中以女为例,男做对称动作。

第一~四拍 右脚在左脚前跺地三次,随即前抬与舞伴左脚内侧相碰一次。同时双手上抬与肩平,沿逆时针方向绕小圆三次(见图二)。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。





图二

第九~十二拍 同第一至四拍。

第十三~二十拍 同第一至八拍。

6. 一步调

第一~二拍 右脚往右后退一步,左脚向前稍抬起的同时,右脚踮一下。

第三~四拍 左脚前落,右脚紧靠左脚后跟微跳起,双脚顺势跺地一次。

提示:双手一拍一次前后自然甩动。

7. 二步调之一

第一~二拍 左脚向前踏一步,右脚往右后退一步,双手前、后甩一次。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五拍 左脚往右前稍抬起,右脚踮一下。

8. 二步调之二

第一~二拍 左脚向右前踏一步,右脚靠至左脚旁,双手向前甩。

第三~四拍 双脚微跳跺地后,右脚随即向右后退一步,双手向后甩。

第五拍 右脚踮一下的同时,左脚往右前稍抬起。

9. 三步调

第一~五拍 做"二步调"(任选其一)。

第六~七拍 左脚前落,右脚紧靠左脚后微跳起,双脚顺势跺地一次,双手向前甩。

10. 合脚舞

准备 舞者双手相互在后搂腰,围成圆圈,面对圆心。以下说明中以女为例,男做对称动作。

第一拍 双脚跺地一次,上身稍前俯左拧。

第二拍 右脚向右前踢出,与男左脚内侧相碰一次(见图三)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

11. 洗衣调

第一~二拍 右脚向右后退一步,同时左腿屈膝前抬,双手向后甩动一次,上身稍左拧微前俯,第二拍时左脚落在右脚旁。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五~六拍 右脚向右后退一步,同时,左腿屈膝向前稍 撩起,右脚踮跳一下,双手向前甩动一次。

第七~八拍 左脚前落的同时,右腿屈膝稍后抬,然后右脚落回左脚旁,双脚并拢微跳起跺地一次。

第九~十二拍 同第五至八拍。

12. 甩手调

1642



图三

第一拍 右脚往右后退一步,同时双手向后甩,左腿屈膝稍前抬,上身微前俯。

第二拍 左脚前落,双手前甩至肩高,同时,右腿屈膝稍后抬,上身稍仰。

第三拍 右腿落至左脚后跟处,同时,跺地一次。

第四拍 双脚同时微跳跺地一次。

13. 赶街调

第一拍 双脚微跳跺地一次。

第二拍 右脚抬向左前,与左边舞者脚掌内侧相碰一下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 同第一至二拍。

第七~八拍 向左转身半圈,右脚起往逆时针方向跑跳二步。

提示:双手自然甩动。

# (四)跳 法 说 明

查蹉舞不拘时间地点都可跳,少则几人,多则几百人,只要有块平地就可。舞时,舞者相互"拉手"或"扣手",面对圆心,逆时针方向进行。领舞者吹竹笛或芦笙伴奏,并可随意插入圈中或与任何一个舞者对舞。跳"纺麻调"时,可两人一组,面相对,手拉手跳,跳"合脚舞"时也可相互搂腰跳。夜晚围着篝火跳时,人们还不时地将火把丢入火堆,尽情狂欢,通宵达旦。

## 裹草帘子舞

### (一) 概 述

"裹草帘子舞"普米语叫"贡哩年嘎"。

普米族有个"尝新节",普米语叫"酥哩玛席"。一年一度十分隆重。时间在每年的秋收时候。新养刚成熟,便收一点来酿酒。新酒酿成后,祭灶神和祖先,然后将酒罐悬挂于树上,由家长启开罐口,先饮三口,随后家人尽情畅饮。这天,村邻们还要用牦牛角装上酥哩玛酒,相互敬酒对饮。尝新节意在庆贺当年的丰收,同时预祝来年五谷丰登,六畜兴旺,人丁昌盛。节日期间,普米村寨不但白天喜气洋洋,连夜晚都热闹非凡。入夜,村里的青年男女相聚在一起,围着篝火,在竹笛伴奏下,欢乐的跳起贡哩年嘎和其它娱乐舞蹈。正如民谚说的"燕麦黄,普米狂"。能歌善舞的普米族,在收获的季节里,兴致高昂,歌舞通宵,尽情狂欢。这种聚会,也是青年男女谈情说爱的最好时机。

流传于宁蒗县新营盘乡和木底篝一带的贡哩年嘎较有代表性,舞蹈比较古朴,动作多在脚和手上。脚的动作有踏步向右脚尖前划弧,靠步跺脚,钻空等;手的动作有上下自然摆动,钻空搭肩等手势。该舞的特点是粗犷奔放,节奏鲜明,具有极强的抒情性。

## (二) 音 乐

### 贡哩年嘎

 1 = G
 中速

 2/4
 5 · 6 | i 2 | 6 | 6 | 6 56 | i 6 | 5 | 5 | 5 · 3 | 5 · 3 | 2 | 2 |

 2 23 | 1 23 | 5 | 5 | |

## (三) 造型、服饰、道具

#### 造型



#### 服饰

均见"普米族舞蹈的常用服饰"中"丽江男、女青年"

#### 道具

笛子("统一图")

### (四)动作说明

#### 1. 走步跺脚

准备: 男女相间交叉扣手站成圆圈,面向圆心。

第一~二拍 右脚由前向右划弧落地,左脚随之往右前上步落地,双手前后甩动一次。

第三~四拍 右脚在左脚后跟处跺两下,上身微俯,手与第一至二拍相同,目视圆心。

2. 原地跺脚

第一~二拍 右脚原地踏一下后,再向前踏一步,胯略向前送,同时双手向前后甩两次。

第三~四拍 右脚在左脚旁跺两下,双手随之前后甩动两次。

3. 前进跺脚

第一~二拍 起右脚向前小跑两步。

第三~四拍 右脚在左脚旁跺两下。

4. 走颤步

做法 双膝稍屈,起左脚一拍一步向前走,走时双膝稍颤动,上身微左拧前俯。

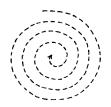
5. 套手转身

做法 同《搓蹉》中的"套手转身"动作。

### (五) 跳 法 说 明



领舞者(①)手持竹笛、吹奏〔贡哩年嘎〕曲,第二人右手搭在领舞者左肩上,左手与第三人做"扣手"(参见"造型图"),其余舞者(人数不限)男女相间,做法同第二、三人,全体成大圆圈,随节奏逆时针方向跳"走步跺脚"或"原地跺脚",这两种步伐可随意反复交替跳(做"前进跺脚"时,可变成一竖排)。



然后领舞者"走颤步"做"套手转身",逆时针方向走"裹草帘子"(亦称"卷白菜心")队形,其他舞者跟随其后,直至将领舞者卷在中心,领舞者领众再逆时针方向行进转出成一大圈,继续舞蹈。

传 授 郭尔车(普米族)

编 写 李世民、杨学文(摩梭人)

绘 图雷莹

资料提供 耿锡光

执行编辑 丁 超、陈菊珍

# 芦 笙 舞

### (一) 概 述

"芦笙舞"流传于兰坪县通甸乡德胜村普米族居住地,除了丧葬场合忌跳外,其余不拘时间和场合都可以跳。舞蹈时,一人吹笙伴奏,其余众舞者,不论男女老幼,牵手或扣手,围成圆圈或弧形横排,跟随伴奏旋律,按逆时针方向行进。

舞蹈时,动作舒展强健,气氛欢快热烈。其中的"夫佛蹉"意为"转身反复跳",舞蹈以偶数对称为主,动作活泼鲜明,变化迅速;"颂齿颂约"意为"三步舞",以膝的屈伸、颤动为主,同时加以挺腹和俯身;"若志厅"意为"鸡吃水",主要模拟鸡吃水(俯身往下点头)、咽水(仰首、往后甩头)等形象动作。

## (二) 音 乐

传授 熊金元(普米族) 记谱 和正荣(纳西族)

夫 佛 蹉

1 = F 快速

2 1 31 26 | 26 6. 1 | 26 6 | 365 26 | 26 6. 1 | 26 6 |

5 35 26 | 26 6. 1 | 26 6 |

1648

### 须齿须约

 1 = F 快速

 2 1 31 2 6 | 3 35 6 | 3 35 6 | 3 35 6 6 | 2 3 65 2 6 | 3 35 6 |

 3 3 3 5 6 6 | 2 5 3 5 2 6 | 3 3 5 6 6 |

若 志 厅

## (三) 造型、服饰、道具

#### 造型



舞 老

#### 服饰

- 1. 男青年 见"兰坪男青年服饰之二"。
- 2. 女青年 见"兰坪女青年服饰之二"。

#### 道具

葫芦笙(见"统一图")

### (四)动作说明

1. 转身反复跳(夫佛蹉)之一

准备 众舞者"拉手"(见"统一图")成圈,面对圆心。动作以男舞者为例,女舞者动作与之对称。

第一拍 左脚往右前跳落重踏地,右脚自然离地,同时,身体转向左前,左手随之往前甩,右手向后甩(参见"造型图")。

第二拍 做第一拍的对称动作(向右转四分之一圈)。

第三拍 左脚向右前蹬出,脚跟着地,上身拧向左舞者(见图一)。

第四拍 左腿屈膝提起收回。

第五~六拍 同第三至四拍。

第七~十二拍 做第一至六拍的对称动作。

2. 转身反复跳(夫佛蹉)之二

准备 同"转身反复跳之一"。

第一拍 左脚向前跳落重踏地,身体转向右前,同时,右脚在右旁用前脚掌点地一下, 左手顺势向上甩起,右手甩至右下方,眼看右前下方(见图二)。



图一



図 -

第二拍 做第一拍的对称动作(向左转四分之一圈)。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五~六拍 保持第四拍结束姿态,左脚原地跺两下,右膝顺势上下微颤。

1650

第七~十二拍 做第一至六拍的对称动作。

3. 三步舞(颂齿颂约)之一

准备 男、女"扣手"(见"统一图"),自然站立。

第一拍 左脚迈向右前,右脚自然后抬,双手甩至两肩前,上身顺势稍后仰(见图三)。

第二拍 右脚落地的同时,左腿稍屈膝向前踢出,双手后甩,上身顺势前俯(见图四)。

第三拍 左脚向右前迈一步的同时,右脚向前踢出,上身动作同第一拍。

第四拍 右脚向后擦地屈膝收回,上身动作同第二拍。

第五~七拍 右脚落地成左大"丁字步",双腿屈膝,双脚用力向后跳两次,同时,双手带"顿"劲向下小幅度甩两次。

4. 三步舞(颂齿颂约)之二

准备 同"三步舞之一"。

第一~二拍 左脚向右前跳一步,落地后屈膝颠一下,右脚稍离地,双膝再屈伸一次,上身稍前俯;同时双臂屈肘,双手由后往上向前划小立圆两圈(见图五)。



第三~四拍 脚做第一至二拍的对称动作,其它动作第一至二拍。

第五~六拍 左脚向前跳一步后,右脚向后退一步,成左"丁字步",上身立起双手动作同第一至二拍。

第七拍 双腿屈膝向后跳一步,双手带"顿"劲向下小幅度甩一次。

5. 鸡吃水(若志厅)之一

准备 众舞者与两侧人"拉手"。

第一拍 右脚向前重踏一步的同时,左腿屈膝后抬,双手向后甩成似展翅状,上身随之前俯(见图六)。

第二~三拍 保持姿态,右膝颤颠两下,同时,向下点头两次如鸡 吮水状。

第四拍 左脚落至右脚旁,右脚自然提起,同时双臂屈肘前甩。 第五~六拍 右脚原地跺两下,同时头向上仰两次如鸡喝水状。



图六

第七拍 同第一拍。

第八拍 同第四拍。

第九~十拍 同第七至八拍。

第十一~十二拍 同第五至六拍。

第十三~十六拍 同第九至十二拍。

6. 鸡吃水(若志厅)之二

做法 脚动作同"鸡吃水之一",头部动作如下:第一至三拍时向下点头三次;第四至 六拍时向上仰头三次;第七至八拍时向下点头一次,再向上仰头一次;第九至十拍同第七 至八拍;第十一至十二拍向后仰头两次;第十三~十六拍同第九至十二拍。

7. 鸡吃水(若志厅)之三

第一~三拍 右脚向前踏一大步的同时,左脚自然后抬,上身稍前俯,随即向下点头两次,同时右膝颤颠两下。

第四拍 左脚落在右脚旁成"正步",双腿屈膝。

第五~六拍 向上仰头两次。

第七拍 右脚向前踏一大步的同时,左脚自然后抬,上身稍前俯。

第八拍 做第七拍的对称动作。

第九~十拍 同第七至八拍。

第十一~十二拍 右脚落至左脚旁,向上仰头两次。

第十三~十六拍 同第九至十二拍。

8. 套手钻身

做法 同"搓蹉"的同名动作。

9. 拉手钻圈

做法 同"搓蹉"的同名动作。

### (五) 跳 法 说 明

跳芦笙舞不拘时间和场合,人数不限,男女老少都可参加,由一人吹笙伴奏。跳"夫佛 蹉"时,舞者必须成双数,"拉手"围成圆圈,面向圆心,单数与双数动作对称;跳"三步舞" 时,舞者按舞步要求向圆心前进、后退,或逆时针方向行进;跳"鸡吃水"时,队形不固定,可 根据不同的动作进行变化,做"拉手钻圈"、"套手转身",有时弧形,有时如游龙,可按众舞 1652

## 者兴趣自由选择。三种舞步均可随意反复,交替进行,直至兴尽方散。

传 授 德胜村业余文艺队

编 写 李松发(白族)

绘 图 许明康

执行编辑 丁 超、陈菊珍

## 团 结 跳

### (一) 概 述

"团结跳"是普米族普遍流传的一种自娱性集体舞蹈,多在年节婚礼庆典时跳。

民间有这样一个传说:普米族先民在一次战斗中惨败,残部仓皇逃到一处山梁上。天黑了,为了防止敌人偷袭,残兵在首领的率领下,在山梁上烧起了熊熊篝火,人们手挽手围着篝火呐喊跺脚。敌人见山梁上篝火通明,人影接连不断,喊声震天。以为是普米人的援兵来了,便慌忙拔营退去。自那以后,普米人围火跺脚的活动便流传了下来,逐渐演变成了团结跳。

普米族先民在艰难的历史战争中,确实充分发挥了舞蹈的作用。他们运用这类粗犷有力的集体舞蹈,在战斗时唱跳,以制造声势,鼓舞士气,团结一心,同仇敌忾,战胜敌人;在战败时唱跳,以抚慰将士,凝聚力量、重振旗鼓;在凯旋时唱跳,以渲染喜气,庆贺胜利,表达快乐情怀。

如今,这类舞蹈虽然完全演变成了娱乐性舞蹈,但由于粗犷勇猛豪迈的舞蹈特点,由于其集体舞蹈的形式,以及其英雄的传统精神,尽管它只在喜庆的场合跳,但在一定程度上,仍然起着团结大众,唤起民族尊严,凝聚民族力量,培养勇敢性格,振奋民族精神的积极作用。

### (二) 音 乐

### 赶 街 跳

传授 李根发(普米族) 记谱 陈秋元

1 = G 中速稍快

#### 三跳三摆

传授 金余成(普米族) 记谱 陈秋元

1 = G 中速

## (三) 动作说明

#### 1. 松尺松勇

准备 众舞者围圈成面对圆心,与两侧人"拉手"。

第一~二拍 左腿前迈一步的同时,右腿向左前踢起 45 度,左膝顺势颤动一次,双手前后摆动。

第二~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 同第一至二拍。

第七拍 右脚原地踏一下,双手前摆。

第八拍 左脚于右脚旁跺地,双手后摆。

第九~十拍 左脚向左迈一步,右脚跟上成"正步",双手前后摆动一次。

第十一~十二拍 双膝稍屈,压脚跟两次的同时,双手带劲地向下顿甩两次(见图一)。

第十三~十六拍 做第九至十二拍的对称动作。

2. 三步三摆

准备 众舞者站成两横排面对面,与两侧人相互"拉手"。

第一~三拍 左脚起向左跳三步, 胯和双肩顺势左右摆动, 下颌随肩自然向两侧下方摆动, 双手向前甩两次(见图二)。



图 -



图 -

第四拍 重心移至左腿, 胯摆向左侧, 右腿屈膝向左腿靠拢, 前脚掌在右侧点地, 下颌向右下方摆。

第五~六拍 右腿朝前踢一下收回落地,同时左脚颠跳一下。

第七~九拍 同第一至三拍。

第十~十八拍 做第一至九拍的对称动作。

3. 赶街跳

准备 众舞者围圈面对圆心相互"拉手"。

第一~二拍 左脚原地踏一步的同时,右腿屈膝朝左前稍踢起。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 同第一至二拍。

第七~九拍 右脚起向右前方跑跳二步后停一拍。

4. 进三步退三步

准备 众舞者站成横排。

1656

第一~二拍 右腿屈膝向前抬一下后落地,左膝上下微闪动一次。

第三~五拍 左脚起向左前走三步,走时双膝顺势稍闪动。

第六~十拍 做第一至五拍的对称动作。

5. 团结跳

准备 众舞者站成圆圈,面向逆时针方向舞动。

第一~二拍 左腿屈膝朝右前抬起后落地,右膝上下微闪动一次。

第三~五拍 左脚起向左前走三步,走时双膝顺势稍闪动。

第六~八拍 双膝稍屈,右脚在左脚旁跺地三次,上身稍前俯。

第九~十六拍 做第一至八拍的对称动作。

## (四) 跳 法 说 明

团结跳参加人数不限,男、女老少都可参加。舞者站成两排面对面,或手拉手围成圆圈起舞。用琵琶或笛子伴奏,曲调可无限反复交叉弹奏。跳"进三步退三步"时,无伴奏乐器,众舞者按统一的动作节奏舞蹈。

传 授 李根发(普米族) 金余成(普米族)

编 写 李世民、和寿春(纳西族) 秦国华、杨跃文(纳西族)

绘 图 雷 莹

资料提供 杨国相(纳西族)

执行编辑 丁 超、陈菊珍

## 踩毡角舞

### (一) 概 述

"踩毡角舞"(普米语"仆瓦蹉")是兰坪县普米族办喜事时跳的迎亲仪式舞蹈。

仆瓦蹉在迎亲人家大门外扎的青松牌坊前进行。婚礼日,迎亲人家(女方出嫁,就男方迎亲;男方上门,则女方迎亲)事先要将院坝打扫干净,并从院坝到大门外铺上一层青松毛,以示吉祥、洁净。当送亲队伍将要到达之前,前往半路"打际"(意为"堵路敬酒")的人员鸣枪报信,迎亲方包括前来贺喜的人都到大门外迎候。牌坊前横铺一张羊毛红漆毡,当送亲的队伍到达时,迎亲家事先安排好的一位长者立于红毡左前方,右手持毛巾对宾客作揖跳仆瓦蹉。六拍动作后,送亲队伍中的主要成员,主动上前与迎亲舞者对跳,然后进门。舞者再跳仆瓦蹉,迎接下一位客人。晚辈和新娘鞠躬示意即可。等送亲队伍全部进门后,仆瓦蹉也告结束。

(二) 音 乐

仆 瓦 蹉

传授 熊玉山(普米族) 记谱 李玉生(普米族)

1 = C 中速稍快

 $\frac{4}{4}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{5}$ 

1658

### (三) 造型、服饰、道具

#### 造 型



#### 服・休休

参见"普米族常用服饰"中的"兰坪男青年之二"

#### 道具

- 1. 羊毛毡 一张红色羊毛毡,长 200 厘米,宽 110 厘米。
- 2. 毛巾 日常所用。
- 3. 唢呐(见"统一图")

### (四)动作说明

#### 迎客式

准备 舞者左手执一条毛巾,自然站立于羊毛毡左前方。

第一~二拍 左脚向左后撤一步,同时左转身四分之一圈,右脚提至 左膝前,左膝微屈,双手随身体向左甩,上身稍前俯(见图一)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 左脚落在右脚前向右碾转一圈,双手胸前抱拳,上身微前俯,做作揖状。

第七~八拍 退右脚成"正步",双手向两侧打开后,再合至胸前抱拳成作揖状。



图 -

### (五)跳 法 说 明

迎亲舞者右手执一条白毛巾,站在红毡上的左前方。客人到后,先跳"迎客式",当跳至第七拍动作时,客人上前与舞者同时作揖,然后站在红毡上,沿着红毡跳一圈,然后进门。此时舞者站红毡的左前方,准备迎接第二个客人。如此反复,直至客人全部进门。舞时不受音乐限制,[迎亲调]反复吹奏,只要动作合上节拍即可。

传 授 熊玉山(普米族)

编 写 李玉生(普米族)

绘 图雷莹

执行编辑 丁 超、陈菊珍

## 若 浪

### (一) 概 述

"若浪"流传于丽江县鲁甸区一带的普米族村寨中,最初是猎人满载而归后为感谢、取悦山神而跳的祭祀性舞蹈。随着生产方式的变更,经过长时间的演变,如今在婚礼中跳,在葬礼中也跳。

在婚礼中,主要是在新娘出嫁的头天晚上,亲戚朋友全来祝贺。当夜幕降临,在院子里烧起一堆大火,远村近寨的青年们,扛着猪腿、大米或白面等粮食袋子,在葫芦笙的伴奏下,围着篝火边跳边唱:"姑娘出嫁了,家里办了件大事,但仍有吃不完的粮食和肉。丰收神永远保护着我们,我们的日子永远富裕兴旺。"欢快的舞蹈往往一跳就是通宵达旦。

在葬礼中,若浪又呈现出一种稳重、深沉、神秘的风格,甚至带有几分怆然凄婉的色彩。但基调仍然是热烈喜庆的。每逢村里有人死了,亲朋好友全去送葬。在送葬回来的路上,人们要齐声高唱《喊魂调》,呼喊着要把家里所有人,包括亲戚祖宗,甚至家中的牛羊家禽粮食的灵魂都喊回来,不要跟着死去的人走掉。

送葬回来后,吃过饭,在晚上跳舞前要把厨房里的用具及肉块、粮袋等东西扛在肩上,没有东西可扛的便手挽手继续跳若浪。由领舞的牵头,跳完三圈,方可把扛在肩上的东西放回原来的地方去。此举在于表示家里的用具、肉食等没有跟着死去的人出门;人虽死了,活着的家里人依然能丰衣足食,平安吉祥。接着又围绕篝火欢快起舞。跳着跳着,领舞者大呼一声:"你们家里的人好吧?"随舞者众口同声应道:"好呢!"舞蹈持续,直到尽兴为止。

若浪以走步、跺脚及右臂有节奏地拍肩转身为基本动作。由于手腿配合协调,旋律欢快,无论在婚礼中跳或是葬礼中跳,都表现出浓烈的喜庆色彩,意在向人们炫耀富足美满

## (二) 音 乐

#### 送 亲 调

传授 和妈咪(普米族)记谱 陈秋元

(啊)要离

去(啊

哦唷

暗

啊),

哦唷

去(啊

咧格

### 接魂调

传授 和妈咪(普米族) 记谱 陈秋元

耶

 哎) 1. 灵
 魂
 没
 有

 2. 灵
 魂
 没
 有

1663

$$\frac{1}{6}$$
  $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{1$ 

- 灵魂没有出去,
   我们亲戚朋友的灵魂,
   没有跟死去的人出去。
- 4. 灵魂没有出去, 我们兄弟姊妹的灵魂, 没有跟死去的人出去。
- 灵魂没有出去,
   屋里祖先牌位的灵魂,
   没有跟死去的人出去。

- 6. 灵魂接回来,
   把祖先牌位的灵魂接回来。
- 7. 灵魂接回来, 把兄弟姊妹们的灵魂接回来。

传授 和巍山(普米族) 记谱 陈秋元

- 沼泽地里吃草的白马,
   千万匹白马的灵魂快回来。
   绿岩下窝铺里的山羊,
   千万只山羊的灵魂快回来。
- 3. 田野里觅食的野猪, 千万头野猪的灵魂快回来。 田地里播种的庄稼, 所有庄稼的灵魂快回来。

 家中饲养的家禽, 所有家禽的灵魂快回来。
 家族中的亲戚朋友, 所有亲朋的灵魂快回来。

### 普米一家人

传授 和士章(普米族) 记谱 陈秋元

1666

### (三) 动作说明

#### 1. 若浪诺浪

第一~二拍 原地站立不动。

第三拍 右脚朝右后退一步,同时上身稍前俯右肩稍向右转,手臂保持 在准备位置上。

第四拍 左脚提起在右脚旁跺地一下,左手半握拳向右肩击一下,右臂背于身后(见图一)。

第五拍 左脚朝前迈一步,双臂放下。

第六拍 右脚提起在左脚旁跺地一下,手臂动作同第二拍。

第七~十拍 同第三至六拍。

2. 若浪之一

准备 全体舞者面对圆心拉手成圈。

第一~二拍 静止。

第三~四拍 左脚起向前迈两步,双臂自然摆动,

第五~六拍 左脚跺地稍前抬即收回,手臂动作同上。

第七~十拍 后退做第三至六拍动作。

第十一~十八拍 同第三至十拍。

提示:双臂一拍一次自然摆动。

3. 若浪之二

第一~二拍 左脚跺地稍前抬即收回。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五~六拍 左脚上一步,右脚提起在左脚旁跺地一下。

第七拍 右腿稍前抬。

第八拍 右脚后退一步。

第九~十拍 左脚于右脚旁跺地稍前抬即收回。

提示:双臂一拍一次自然摆动。

4. 请丰收神(熟库)

第一~三拍 左脚起朝前走三步。手臂保持在准备位置上。

第四拍 右脚靠上左脚成"正步"。

第五~八拍 同第一至四拍。



图 -

### (四) 跳 法 说 明

若浪的步法有多种,均可在操办红白喜事及庆丰收时跳。人数不限,男女(均见"普米族造型图")老少都可参加。跳时,在院内烧燃火堆,舞者围成圆圈,面对圆心,手拉手边唱边舞,直至尽兴方散。也可根据礼俗的需要扛粮袋、肉块或手端酒碗,舞蹈三圈后,将所扛物品放进屋,继续围火堆舞蹈,兴尽为止。

## (五) 艺人简介

和蔚山 男,普米族,鲁甸甸北三队农民,生于 1921 年,从小热爱普米族民间艺术,在 父辈的熏陶下,耳濡目染了普米族民间音乐、舞蹈及民间故事,是普米族民间艺术的保存 者和传播者,是当地群众公认的民间艺人。他表演的舞蹈保留着浓郁的普米族舞蹈特点, 特别是"若浪诺浪",从表现形式到动作具有强烈的个性,在普米族舞蹈中独树一帜。

传 授 金余成(普米族)、和巍山(普米族)

编 写 李世民、和寿春(纳西族) 秦国华、杨跃文(纳西族)

张信

绘 图雷莹

资料提供 杨国相(纳西族)

执行编辑 丁 超、陈菊珍

## 敬 羊 舞

### (一) 概 述

"敬主舞"是普米族的一种丧葬舞蹈,其中包括"韩规(巫)舞"、"喜鹊舞"、"熊舞""牦牛舞"等。

传说远古时候,人与各种动物都和睦地生活在一起。那时候,羊子总共有一千五百只。一年春天,山坡上的草长得格外青葱茂盛。三百五十只母羊都发情了,便在山坡上追逐交配。山坡上有一个狼窝,窝里有九条小狼。羊子追逐时把石头踩翻滚下去,把一窝狼崽全砸死了。

老母狼失去了子女,非常悲愤,发誓要为它的儿女报仇。当它得知是羊子把石头踩滚下来砸死了它的子女,便约了狼族去找羊子报仇。于是羊群里每天都有伙伴被狼吃掉。一千五百只羊,只剩下了九只。

九只羊儿,惶惶不安地到处求朋友保护。它们找到了喜鹊,喜鹊非常同情,答应保护它们。可当狼又来伤害羊子时,喜鹊并不出面帮忙,又有两只羊被吃掉了。剩下的七只羊又去求乌鸦帮忙。乌鸦满口答应保护它们,对羊子说:"你们记好了,凡是我叫的地方没有狼,你们可以去那里吃草。凡是听不到我叫声的地方就有狼,千万不能去。"

羊子按乌鸦的话去做,结果,恰恰相反,哪里有乌鸦叫,哪里就有狼。羊子又被狼咬死了四只。羊只剩下了三只,可狼还不解恨,一心要把羊全部吃光。这天,羊子仓皇逃命,狼群紧追不舍。三只羊跑过一座山丫口,正好碰上普米家的九弟兄。他们佩着弩弓,带着尖刀。三只羊连忙说:"猎人大哥,快救救我们,再不救我们,我们羊家就要绝种了。"

九个猎人听了羊子的话,连忙将羊子让过去,躲起来等着狼群。不一会,狼群冲了过

来。猎人们弩箭齐发,凶残的狼一只只倒下了。只有一只母狼在乱箭之下逃脱了,现在的狼就是那只逃脱的狼传下来的。

九弟兄杀了狼群,对羊子三姐妹说:"我们救了你们的命,怎样报答我们?"

三个羊姐妹说:"猎人大哥,你们救了我们的命,从今后,我们活着时供你们穿,你们一年可以在我们身上剪三次毛织布缝衣;我们死了供你们吃肉,你们随时可以杀我们。你们人死了,我们掏出心来敬献,而且乐意把死者的亡灵带回你们祖先的故乡去。"

那以后,羊便和人生活在一起。普米族死了人,在葬礼中就实行"给羊子"仪式,实行"敬羊"和跳敬羊舞。

"敬羊"仪式在迁葬骨灰罐时举行,由韩规主持。死者若是男性就选一只白母羊,是女性则选一只白公羊。"敬羊"这一天,仪式场内还排列着用谷面捏成的豺、狼、虎、豹、乌鸦、喜鹊等动物的塑像。在骨灰罐前献上猪腰、猪头、糖果、酥哩玛酒等供品。韩规头戴五佛冠、身穿金边大襟衣,下着宽裤脚黑色长裤,从左肩至右腰斜挎一根宽大的红带,左手持法铃,将白羊牵到骨灰罐前,围着白羊左右旋跳,口念祭文。白羊成了祖宗的化身。韩规前后左右腾挪跳动之后,至羊左侧站成左弓步,左手摇铃,右手将青稞面从羊头顺背撒至羊尾,又从羊尾将酥油顺脊背涂至羊头。接着起身摇铃围白羊碎步绕圈,边舞边念,直至白羊摇头晃脑,踢脚摆尾,浑身颤动起来。羊子如不摇颤,表明祖先不悦,预示不吉。羊子一摇颤起来,便是祖宗欣然接受后人的祭奠,为了子孙的兴旺发达而高兴,愿意安心地回到祖先的发祥地去了。韩规立即一刀朝羊胸剌入,剖开胸部,迅速拉出羊心供到骨灰罐前。那羊心如急剧跳动,表明死者相当喜欢地接纳后人的心意了。祭场的气氛一下子热烈欢快起来,人们的情绪陡然高涨。在韩规的带领下,人们一对对欢快地跳起喜鹊、蜜蜂、牦牛、老熊等禽兽模拟舞,欢跳直至尽兴。最后,在热烈的气氛中将骨灰罐取出,由两人送往高山去,藏于洞穴石缝。至此,葬礼才算全部完结。

敬羊舞的伴奏主要用法铃。前半部分为独舞,后半部分为双人舞,群舞。节奏单一反复,自由随意。

### (二) 造型、服饰、道具

#### 造 型



韩 规

#### 服 饰(均参见"造型图")

- 1. 韩规(巫师) 头戴五佛冠,穿镶有金边的紫红色大襟上衣、黑色中式长裤、高简皮靴、系红布腰带,从右肩向左腰处斜挎一条红绸带。
  - 2. 喜鹊、老熊、牦牛 除头戴礼帽,不挎红绸带外,其它与韩规相同。

#### 道具

- 1. 法铃 同纳西族"东巴舞"中的"板铃"。
- 2. 白羊 死者若是男性选母羊,若是女性选公羊。

### (三) 动作说明

#### 韩规的动作

1. 摇碎铃

做法 左手执铃,将铃摇响。慢速,节奏如下:



#### 2. 撤青稞

做法 左脚向左前跨一步成左"前弓步",左臂屈肘将法铃举至左前上方"摇碎铃",右 手抓一把青稞面,将青稞面从羊头顺脊背撒至羊尾,再从羊尾撒至羊头,上身稍前俯。

3. 提脚跳

第一拍 左脚原地跺一下,左膝稍屈,右腿提起自然勾脚前吸,左手举至左上方摇铃一次,右手自然甩至右后方,上身稍前俯。

第二拍 保持姿态,亮相。

第三~四拍 右脚往右前跺地一下,接做第一至二拍的对称动作。双手保持亮相姿态。摇铃二次。

4. 拖拢步

第一~二拍 右脚向右跨一步,左脚尖擦地向右脚拖拢半步。左臂屈肘举铃于左上方摇铃一次,右手甩向右下方(参见"造型图")。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。左手摇铃两次,右手甩向右前方。

5. 掖碾转

第一拍 右脚向右迈一小步,左腿提起靠右小腿后成左"小掖腿",自然勾脚。右手抬至右前上方,左手"摇碎铃"由前划至左后下方。

第二拍 保持姿态,亮相。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~八拍 同第一至四拍。

第九拍 做第一拍动作同时往右转一圈,左手举至左上方"摇碎铃",右手甩至右后方。

第十拍 保持姿态,亮相。

第十一~十二拍 做第九至十拍的对称动作。

第十三~十六拍 同第九至十二拍。

6. 后跳甩铃

第一拍 右脚越过左腿前往左大跳一步,左脚随之提起,成左"旁吸"腿,稍勾脚,左手左侧屈肘摇铃一次,右手甩向右下方,眼看右前方。

第二拍 保持姿态、亮相。

第三拍 左脚往左跨一步落地,随之右脚往左脚靠半步。左手于左上方摇铃一次。

第四拍 双腿成"八字步"稍蹲,左手摇铃一次,上身稍前俯。

第五~六拍 双脚并拢往后跳一下,左手由左往右将铃甩响,同时右臂屈肘甩向右上方。

第七拍 双脚往后跳一下,左手经下弧线向左上方摇铃一次,同时右臂屈肘甩向右前方。

1672

第八拍 保持姿态半蹲。

#### 真鹊的动作

1. 鹊展翅

做法 站"正步",上身前俯,双臂伸向后方成喜鹊展翅状,掌心向上。

2. 喜鹊步

第一~二拍 双臂做"鹊展翅",双膝微屈向左前方跳一下,同时上 身往右前扭动一下,转身面对左前方。双臂稍向左右张开(见图一)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~八拍 保持"图一"的姿态,双脚往前跳四次。

图

第九~十拍 左脚往前跨一步,右腿自然勾脚前吸,双臂由上经胸前划至左右两侧稍 屈肘,手心向下,做展翅状,上身立起。

第十一~十二拍 做"图一"的姿态,碎步向左转半圈。

#### 熊的动作

#### 1. 熊掌式

做法 双腿"大八字步半蹲",两臂屈肘举于左右两旁,双手五指展开微屈似"熊掌", 掌心向前。

2. 熊步

第一~二拍 右脚往前迈一步,稍屈膝,双手熊掌状向右前方伸出, 目视右上方,上身再颤抖一下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 右脚向右前踏地,双腿半蹲,重心在左脚,右臂伸向右后 下方顺势往左翻臂成掌心向上,左手于左上方向前作抓物状,眼 视右前下方(见图二)。

第六拍 做第五拍的对称动作。

第七拍 右脚往右前跨一步,左腿提起稍开胯,前吸,上身立直,同 时双臂屈肘经胸前分至左、右两侧上方,掌心向前,保持熊掌状。

第八拍 做第七拍的对称动作。

第九拍 保持姿态全身颤抖一下。

第十拍 右脚落地,右脚上前一步向左转身半圈,右脚跟上"大八字步"半蹲,成第二 拍结束姿态。

#### 牦牛的动作

1. 牛挑角

准备 双脚"大八字步"站立,双腿微屈,上身稍前俯,两手握拳于头两侧伸出食指似





图二

牛角状。

第一~二拍 左腿往左前跨一步成左"旁弓步",同时,头经前往左上方如牛向上挑角一次,上身随之稍左转,目视左前方。称"左挑角"(见图三)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作,称"右挑角"。

2. 转身挑角

准备 同"牛挑角"。

做法 左腿前吸的同时,向左转四分之一圈或半圈,落地成左

"旁弓步",同时,头经前往左上方做挑角状,目视左前方称"左转挑角",对称的动作称"右转挑角"。



图三

### (四)场 记说明

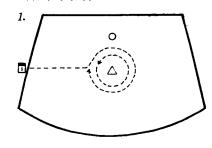
韩规(□) 巫师一人,简称"巫"左手持法铃。

喜鹊(②~③) 二人,简称"鹊"。

老熊(国~圆) 二人,简称"熊"。

牦牛(圓~団) 二人,简称"牛6号"、"牛7号"。

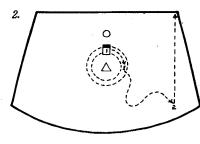
在安放骨灰罐( $\bigcirc$ )的大树前,较为平坦的山坡地中央拴一只白羊( $\triangle$ ),作为与祖宗灵 魂告别的祭场。



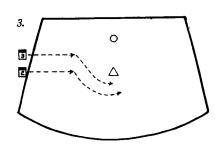
巫左手持铃举至左前方,口中边念祭文边"摇碎 铃"走碎步,围白羊顺时针方向绕三圈,再逆时针方向 绕三圈至白羊和骨灰罐之间。

巫面对骨灰罐做"摇碎铃",片刻左右转身,面对白羊,做"撒青稞"动作数遍,再顺羊脊背涂抹酥油。动作同"撒青稞",后仍做"摇碎铃"动作,往顺时针方向

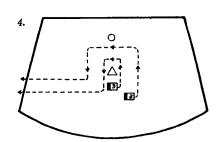
绕一圈,再沿逆时针方向走至台左侧,面对白羊。



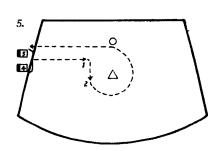
巫面对白羊反复做"提脚跳",同时围羊往逆时针方向绕一圈至羊尾处(场地前),接做"拖拢步"两遍,渐往右转至场左前,面对 8 点,原地做"掖碾转"一遍,同时转身对 1 点,接做"后跳甩铃"一遍,然后反复做该动作的第三至四拍,直至向后跳出场处。



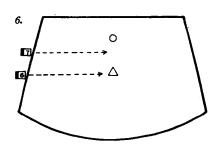
巫在场外"摇碎铃",两鹊做"鹊展翅",走"碎步",按图示路线上场至场右侧。巫摇慢铃,鹊面对白羊做"喜鹊步",第一至四拍的动作后,转向8点做第一至八拍的动作。



鹊面对 3 点,又转身面对白羊,往逆时针方向围 羊反复做"喜鹊步"第一至十拍的动作。舞至场右前做 碎步"鹊展翅"退场。



巫"摇碎铃"片刻,转摇慢铃。熊做"熊掌式",双腿稍屈膝,有节奏地迈步出场,面对白羊做"熊步"一遍后,再背对白羊做"熊步"一遍。熊反复做"熊步"并围白羊逐渐往逆时针方向移动一圈后退场。



巫"摇碎铃"后,转摇慢铃。牛 6 号做"牛挑角"两遍、牛 7 号做对称动作,出场至场右侧。牛 6 号做"左转挑角",牛 7 号做"右转挑角",两人对视。牛 6 号做右"前吸腿"往左碾转半圈,面对 3 点成右"旁弓步"做"右挑角"一次,眼视右后方。同时牛 7 号面对白羊做"左挑角"一次,眼视右后方,成两牛对视。

牛 6 号做"左转挑角"一次,面对白羊,目视左后方,同时牛 7 号做左"前吸腿"往右碾转半圈,背向白羊成左"旁弓步",做"左挑角"一次,目视左侧,成两牛对视。

牛 6 号做"右转挑角"一次,目视左后方,同时牛

7号做右"前吸腿"往左碾转半圈,面对白羊落地成"旁弓步",做"左挑角"一次,目视右后方。两牛可围羊反复做以上动作。最后牛6号保持姿态做"左转挑角",同时牛7号做"右转挑角"动作一次,两牛背对白羊相互对视,然后逆时针方向做"牛挑角"动作一圈跳出场外。

传 授 郭尔车(普米族)

编 写 李世民、杨学文(摩梭人)

绘 图 刘永根

资料提供 耿锡光

执行编辑 和寿春(纳西族)

丁 超、陈菊珍

# 撵 鬼 舞

### (一) 概 述

"撵鬼舞"(普米语"醒英蹉")是兰坪普米族"师毕米"(巫师)为病人或遭祸之家举行"璀凯"(汉称"送替身"或"退口舌")仪式时所跳的巫舞。

確凯一般是在晚上进行。设两个祭台,第一祭台设在炕边,第二祭台设在门前。先是巫师净身,即用杉树,香柏树,山茶花枝叶的烟气熏沐全身,再用蒿枝叶擦身,清口腔,尔后设香案。接着,巫师和击吊鼓的助手各吹牛角号三声,巫师和另一助手(小巫)迎神、祭神并道出主事方的求告目的,祈求消灾祛殃,平安大吉。

得到神的帮助后,巫师要进入角色。巫师在床上盘腿而坐,做找虱子、撕羊毛、纺线(纱),搓绳等动作,口里吹"嘘嘘"(吹口哨)、嘴里哼着调子,"神功能"发作后,巫师和(小巫)用对答的形式(巫师以神的身份出现,小巫以主事家的身份出现),揭出主事家的过失,当主事方默认"过错"时,巫师谴责的语气加重,大有义愤填膺之架势。然后点出上供给神的份外礼物(如布匹、小牲畜、皮毛等,实际为巫师所收)……到杀牲献祭后,巫师怒斥土鬼、路鬼、活人鬼、死人鬼、无名无姓鬼……,然后跳醒英蹉。

跳醒英蹉时,巫师左手持片铃,右手持铜铃铛,助手(小巫)甲击吊鼓(将鼓吊在正房第二或第三根梁上),助手乙(小巫)手持达叭鼓。巫师及助手乙随着打击乐的节奏跳撵鬼舞。舞步刚劲、稳练,气氛恐怖、紧张。双脚自始至终上下颤动,犹如骑马。撵鬼的路线是从屋里到院坝,大门外(有时撵到村边、山上)直到把鬼(邪)撵走后,巫师朝鬼的"背影"连吐三口唾沫,并以胜利者的神态,大声狂笑,结束舞蹈。

艺人传说, 难凯于贞观年间传入普米族或说普米族到兰坪定居后即有璀凯活动, 代代

## (二) 音 乐

鼓 铃 点

传授 和耀先(普米族) 记谱 李玉生(普米族)

		反还						
片 铃	$\frac{3}{4}$	<u>X X .</u> <u>X X .</u> 0	0	0	<u>x x .</u>	0	0	:
铜 铃	$\frac{3}{4}$	<u>x x .</u>	0	0	<u>x x .</u>	0	0	1
达叭鼓	$\frac{3}{4}$	0	<u> </u>	0	0	<u> </u>	0	1
吊 鼓	$\frac{3}{4}$	0	0	x		0		

## (三) 造型、服饰、道具



师 巫



小巫师

#### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

1. 巫师 头戴海贝帽,穿对襟上衣,扭裆裤,便鞋。颈带一串玛瑙珠,左右臂再各挂一串玛瑙珠。

海贝帽的制法:用氆氇及海贝壳制成。帽须用羊毛、大麻纱混纺搓成帽须。帽高 32 厘米,帽口宽 24 厘米。

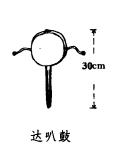
2. 小巫师 头戴五佛冠,身穿对襟上衣、扭裆裤、便鞋。

#### 道具

- 1. 达叭鼓
- 2. 片铃(参见纳西族"东巴舞"中的板铃)
- 3. 铜铃(见"统一图")
- 4. 吊鼓



海贝帽





鼓

(四)动作说明

#### 1. 前俯颤

准备 站"大八字步",右手持达叭鼓,左手持片铃。

第一拍 双腿深蹲的同时,右手伸至前下方,上身随之前俯,左臂 屈肘,左手于腹前摇片铃一下(见图一)。

第二~三拍 双膝上下颤动两次,上身稍立起,双手移至前下方。 第二拍右手摇达叭鼓一下,第三拍时由助手击吊鼓一下。

提示:以下鼓点节奏的敲击法,均同第一至三拍,文略。

2. 前弓颤

第一拍 左脚向前迈一步,成左"前弓步"状,右手举至右上方摇



图一

片铃一下,左手伸至左前方,上身后仰,眼看上方(见图二)。

第二~三拍 左脚收回成"大八字步"半蹲,双膝上下颤动两次,双手划至小腹前,右手顺势摇达叭鼓一下,上身稍前俯。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

3. 旁颤步

第一拍 左脚向左前点地,双膝微屈,左手举至左上方摇片铃一下,右臂屈肘抬向右前下方,上身稍左拧(见图三)。

第二~三拍 同"前弓颤"的第二至三拍。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

4. 左跪颤

第一拍 左脚向左迈一大步后屈膝,右腿屈膝半跪,左手举至左上方摇片铃一下,右手划至腹前,上身稍前俯,目视下方(见图四)。







图三



图 四

第二~三拍 同"前弓颤"的第二至三拍。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

5. 后拧颤

第一拍 双腿"大八字步半**蹲"**,上身尽量向左后拧,双臂屈肘于两侧,左手摇片铃一下,眼看左后方(见图五)。

第二~三拍 同"前弓颤"的第二至三拍。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

6. 后仰颤

第一拍 双腿"大八字步半**蹲"**,双臂屈肘于两侧,左手摇片铃一下,上身向后仰,眼看上方。

第二~三拍 同"前弓颤"的第二至三拍。

7. 前跳颤

第一拍 双腿"大八字步半蹲",双脚向前跳一步,右手伸向右前方,上身顺势前俯,左 1680



图五

手于裆前摇片铃一下。

第二~三拍 同"前弓颤"的第二至三拍。

### 8. 弓步颤

第一拍 左脚向左前上一大步,成左"前弓步"状,左 手伸至左前摇片铃一下,右手伸至腹前,上身前倾,眼看 下方(见图六)。

第二~三拍 同"前弓颤"的第二至三拍。 第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。



图六

# (五) 跳 法 说 明

撵鬼舞一般在晚上进行。舞时,大、小巫师左手持片铃,右手持达叭鼓,一助手敲击吊鼓(吊鼓吊在堂屋第二或第三根小梁上)。

鼓声敲响,大、小巫师盘腿而坐,口念"凶吉分开、是非分开"等内容的咒语,进入"发神阶段"。然后,进入撵鬼阶段,大、小巫师起身先在屋内,再至屋外,村边、路口颠狂的舞动。跳时,可按动作说明中的顺序做,也可根据场上情况随意组合,直至表示已将"鬼"撵出村外,并以胜利者的姿态,面对被撵走的"鬼",大声狂笑,撵鬼舞即告结束。

# (六) 艺人简介

和耀先(1922-1992) 男,普米族,兰坪县河西乡箐花村人。

和耀先早在十五六岁时就开始学习并为人作"难凯"祭祀活动,跳撵鬼舞。他的师傅是青岩头上村的惹旺子,惹旺子的师傅是和玉佑。和耀先不仅是当地有名的民歌手,而且是普米族宗教文化的传承人之一。

传 授 和华宝、和发林(普米族) 和盛昌、和耀先(普米族)

编 写 李玉生(普米族)、吴宝兰

绘 图 雷 莹

执行编辑 丁 超、陈菊珍

# 压 土 舞

# (一) 概 述

"压土舞"(普米语"寨细蹉")是兰坪普米族在为死者垒起新坟时跳的一种丧葬舞蹈。

普米族的整个丧事过程,都是在悲和乐的交响中进行的。丧家庭院内哭声阵阵,庭院外却歌声、舞步声不止,悲与乐交织在一起,形成了一种强烈的悲乐对比,造成了一种貌似极不和谐的场面。但其中蕴涵着普米人观念中"悲中有乐、乐中有悲"、"生必有死、死必有生"的哲理思想。在压土舞中反复出现模拟性交动作,就是这种生死观的反映。

跳压土舞时,女性不能参加,也不能在场,纯属男性舞。但男性中又有"雌雄"之分。主舞二人之一,在右腿内侧画个"仓",代表雌性,另一在右腿内侧画个"呤",代表雄性。舞时,雄性主舞扛一把反装的锄头,雌性主舞背石碓杵(意为"娃娃")。卷起右裤管,露出雌雄符号,口中念念有词,将事先准备好的木瓜酸水按东、南、西、北四个方向各倒一勺,第五勺酒向天空,然后领着成对排列的舞队跳压土舞。舞队按逆时针方向行进,随着节奏,每隔六拍做一次暗示性交的动作,按东、南、西、北、中央五个方位各做一次。最后,主舞将剩下的木瓜酸水倒在坟头上,以示压邪、吉祥……舞至高潮,即兴发挥,最后"雄"舞者将"雌"舞者推倒结束。

# (二) 音 乐

压土舞没有伴奏,舞者随口中念词的节奏而动。

传授杨汉章 (普米族) 记谱李玉生 (普米族)

快速

# (三) 造型、服饰、道具

## 造型



### 服饰

穿"兰坪县男青年之一"的服饰,穿兽皮鞋。将右裤腿高高绾起。表示女性的舞者在右大腿内侧画一个"♂"符号;表示男性的舞者在右大腿内侧画一个"♡"符号。



### 道 具

- 1. 木瓜酸水一罐 用木瓜泡制的水。
- 2. 锄头 将铁锄头反向安装在木把上(参见"造型图")。
- 3. 碓杵 用石头制做,舞时用绳带揽在身后代表"娃娃"。



兽皮鞋

碓 杵

# (四)动作说明

### 甲(男性)的动作

第一~二拍 左腿做"鹝腿"顺势向左前迈一大步,右脚跟至左脚旁成"正步",随即双腿半蹲,上身向左倾,左手扛锄把,右手随上身自然甩动。

第三~四拍 右脚向右前上步成右"虚丁步"。随即双腿半**蹲**向右转四分之一圈,手动作同第一至二拍。

第五~六拍 同第一至二拍。

第七~八拍 右脚向后甩半圈落地成右"前弓步",左腿微屈,右腿内侧与相对的舞者 (表示女性)右腿内侧相碰两次,同时,臀部向前顶动两次(参见"造型图")。

第九~四十拍 反复第一至八拍的动作四遍,依次朝东、南、西、北方向各做一遍。

### 乙(代表女性)的动作

第一~六拍 同甲动作的第一至六拍。

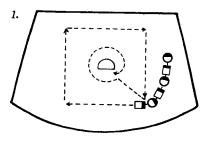
第七~八拍 右脚从前向右甩成右"旁弓步",左腿微屈,右腿内侧与男舞者右腿内侧相碰两次,同时臀部向前顶动两次。

第九~四十拍 同甲动作的第九至四十拍。

提示:每次变换方向,在第一至六拍时,甲朝右后,乙朝左前移动位置,使做第七至八拍动作时,甲正对所变换的方向。

# (五)跳 法 说 明

跳压土舞时,全体舞者均高绾右裤腿,凡代表男性的舞者(□)右腿内侧画一个"약"符



周围,舞蹈即告结束。

号;代表女性的舞者(①)右腿内侧画一个"也"符号。 男1号扛一锄头,女1号背一碓杵,其他人男、"女"相 间,跟随其后围成一圈,绕新坟(△)顺时针方向行进。 男"女"二人为一组,凡到箭头处,均做一遍动作说明 介绍的动作。众人围住新坟舞至高潮时,舞者均可兴 奋地自由发挥。最后,男舞者将"女"舞者摔倒在新坟

# (六) 艺人简介

杨汉章(1911-1990) 男,普米族,兰坪通甸乡水俸村人。

杨汉章自幼耳闻目濡本民族的文化艺术,他熟悉掌握婚礼舞、丧葬舞及其程式,在跳压土舞和"踩毡角舞"时都担任领舞。他不仅积极传授民间舞蹈,还积极讲授民俗,传授民间故事,是当地难得的老艺人和土秀才。

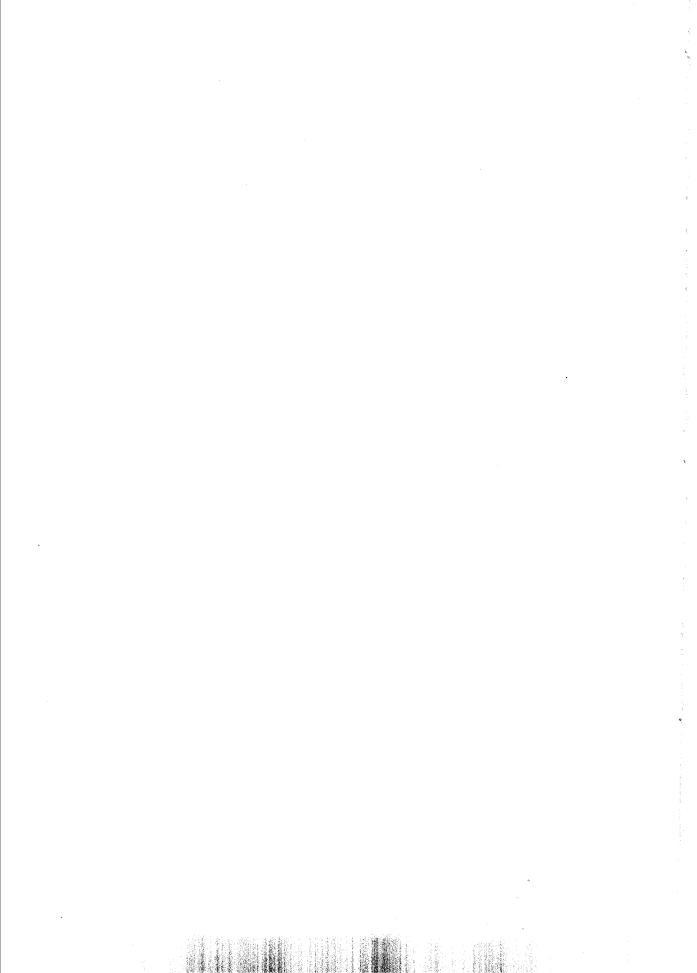
传 授 杨汉章(普米族)、李耀增(普米族) 和盛昌(普米族)

编 写 李玉生(普米族)

绘 图雷莹

资料提供 李贵龙

执行编辑 丁 超、陈菊珍

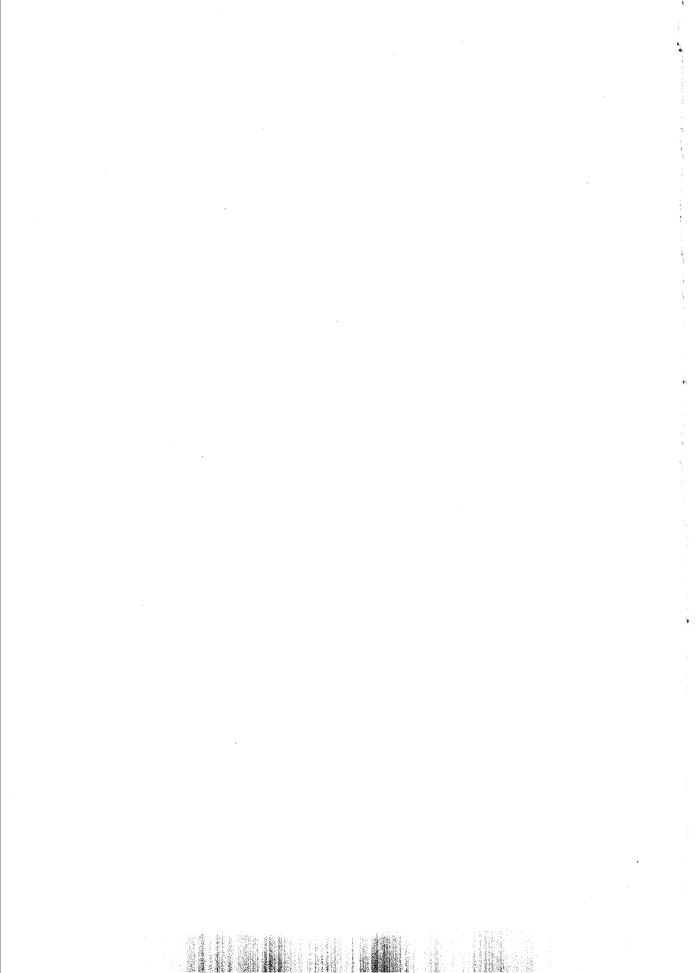


# 怒族舞蹈

主 编 沙四益(怒族)

副 主 编 葛树蓉

责任编辑 葛树蓉



# 怒族民间舞蹈概况

怒族自称"怒苏"、"阿怒"、"怒"、"阿龙"。主要分布在云南省怒江傈僳族自治州的福贡、贡山两县及兰坪县的兔峨乡,少数居住在迪庆藏族自治州的维西县。

怒族的聚居区是我国著名的大纵谷——怒江峡谷。峡谷的东岸为海拔四千多米的碧罗雪山,西岸为海拔五千多米的高黎贡山,怒江奔腾于两山之间。怒族是怒江峡谷两岸的古老居民,据称怒江亦因怒族最先居住于此而得名。

按来源不同,怒族大体可分为两支。一支自称"阿怒"和"阿龙"。是当地最早的土著居民,亦即明初钱古训、李思聪所著《百夷传》所载"皆居山巅,种苦养为食"的"怒人";以及《丽江府志略》(清代乾隆年间修纂)上卷所载的"怒人,居怒江边,与澜沧江相近。男女十岁后,皆面刺龙凤花纹……其最远者名曰怒子"的那一部分"怒人"。这部分怒族的语言、纹面习俗和独龙族相似,并与独龙族有着极为密切的亲属关系。另一支是自称"怒苏"的一部分怒族,无论族称、语言、社会习俗等都与前一支有较明显的差异,从"怒苏"的自称来看,"怒"意为"背后","苏"意为"人",即居住在澜沧江一带的人。与今日大小凉山的彝族自称"诺苏"音义相同。另从元代有关文献记载中同称两者为"庐鹿蛮"或"沪鹿蛮"。唐代所称兰州之"庐鹿蛮"部,即指今日自称"怒苏"的怒族先民(见《元史·地理志》)。这两部分来源不同的怒族,经过长时间共同居住在同一地域之内,经济、文化上互相交往,互通婚姻,不断融合,在历史的进程中已融合为一个统一的民族。

由于怒族的生活区域皆为高山深谷,这里丛山逶迤,峭壁千仞,森林茂密,水流湍急,山巅每年还有七个月的积雪期。自古以来山川阻隔,交通闭塞,社会发展迟缓。因此,直至中华人民共和国建立前夕,怒族村寨大多还停留在由原始社会向阶级社会过渡的历史阶段,在社会组织、生活、习俗等方面仍保留着不少原始社会的遗迹。生产力水平低下,主要从事刀耕火种的原始农业,并需"猎禽兽以佐食",以狩猎、采集来弥补农业的不足。与低下的生产力相适应,怒族普遍信奉原始宗教,贡山北部的部分怒族因受藏族影响也有信奉喇

嘛教的。

怒族的舞蹈,因各地居住环境的不同,先祖来源的不同,而形成了不同的风貌;怒族的舞蹈,又因其历史、社会、自然、宗教等方面的原因,仍保留着较多的古文化特征。

福贡县怒族,长期与明代以来大量进入怒江流域的傈僳族杂居,历史上也曾与傣族共居,因此,舞蹈文化与傈僳族和傣族有相仿之处,舞蹈的表现形式及伴奏乐器多与傈僳族相同,动作韵律则明显可见傣族舞蹈重拍屈的印迹。

福贡怒族的舞蹈主要有两大类型,一类称"达比亚舞",以一种形似琵琶(怒族称"达比亚",傈僳族称"期本")的弹拨乐器作为舞具和伴奏,达比亚的弹奏位置多变,弹奏姿态丰富,可以高弹低弹,上弹下弹,反弹正弹。脚上动作规整,以膝关节带韧性的屈伸颤动为基础,并具有重拍屈的规律特点。节奏也较为规范,多为2/4、3/14。有数十套动作组合,表现怒族的狩猎、农业生产及生殖崇拜等习俗生活内容。由于怒族世代生活在高山密林中,与各种动物为邻,对各类动物的生活习性熟悉,因此,在达比亚舞中有着大量摹仿动物的舞蹈。另一类舞蹈称"嘎",没有乐器伴奏,在个别舞蹈中偶尔有歌曲伴唱,但大多以踏地为节起舞。跳嘎时,也以膝关节的屈伸颤动为基础,但动作力度更强,踩踏更为有力。因此,与达比亚舞相比,嘎在舞蹈风格上显得更为粗犷、古朴。内容有祭神驱鬼的,有迎娶新娘的,有祝贺婚礼的,还有歌颂爱情的。在表现形式上,达比亚舞和嘎都有单人、双人、集体等多种形式。

贡山县怒族,居住的区域靠怒江上游,与西藏接壤,与明末清初由北迁徙入滇的藏族杂居,受藏族文化影响较深。他们喜欢跳一种称为"库噜羌"的舞蹈。"库噜"为曲调,"羌"即舞蹈。库噜羌又叫"怒族锅庄",歌舞的名称和歌词中常出现藏语,歌唱也颇有藏族民歌的格调。库噜羌一般多在年节喜庆、起屋盖房和迎亲嫁娶时跳。舞时,或男女围圈,或男女各为一排,手拉手、臂挽臂或牵手搭肩载歌载舞,对唱对跳。以进退跺步为基本步伐。内容有对家乡的赞美,对友谊的颂扬。年轻人跳时,则更多是相互间的赞誉、爱慕之心的表露,或是逗乐取笑。

兰坪兔峨乡的怒族,自称"若柔",意为"小麦人",与白、彝、普米、傈僳等民族杂居。若柔人信奉树神,各村寨一般都有一株共同的神树,每年的正月要举行祭树神活动,以求树神赐福保佑本村寨人寿年丰。祭祀时必围圈歌舞,由身披蓑衣、男扛犁头、女扛锄头的一男一女领歌领舞,唱跳"阿楼西杯",意为"祈祝幸福之歌舞",以求风调雨顺,粮食丰收。若柔人的鬼魂观念尤重,他们认为人死而灵魂不死,因此,人死后必需给死者的灵魂找归宿。每当村寨中有人死了,就要阖族前往,举行祭魂活动。先由祭师"德西"为亡灵唱"引路歌",然后,由死者母系亲属中的舅舅、弟兄或侄儿围棺独舞"戏几沃"("送魂舞"),意在通过舞蹈指引亡灵回到祖先居住地。若柔人较注重礼仪,每逢婚礼喜庆或操办丧事时,都要宴请宾客,并要在宴席上表演一种带礼仪性的"上菜舞",怒语称"合盘兀",由两名男子边上菜边

跳。以此增加宴席中的热闹气氛。

怒族的歌舞活动要数"鲜花节"时最为盛大。"鲜花节"又叫"仙女节",是怒族母系氏族尊崇女性的古老遗风。相传在很久以前,有一个叫阿茸的怒族姑娘美丽善良,聪明能干,她在织麻时因感悟到檐下蜘蛛的凌空织网,发明了飞跨怒江的竹篾溜素。她又在高黎贡山悬崖上凿洞,引出甘甜的泉水,造福怒族人民,被人们赞誉为仙女。为了躲避头人的逼婚强娶,阿茸姑娘逃进了高黎贡山的崖洞,恼羞成怒的头人指使家丁放火烧山,大火烧了三天三夜,阿茸姑娘化成了一尊石像,从此,洞里最纯净的泉水从她的双乳流出。阿茸姑娘受害的这天正值农历三月十五,每年的这一天,仙女洞旁的山坡上鲜花盛开,怒江两岸三山九乡的怒族男女老少便云集山坡,采摘鲜花祭奠仙女。在这里人们要尽情歌舞三天三夜,欢跳优美的达比亚舞,粗犷的嘎,奔放的库噜羌,而每次的歌舞活动都以库噜羌掀起高潮。

怒族民间舞蹈,质朴地、广泛地反映了怒族人民的生产、生活、习俗、宗教、自然景观、思想感情,是对怒族历史的真实记录。特别是"掰胯舞"等反映没有文字记载的史前时代生活的舞蹈,可以从中探寻人类社会起源、发展的踪迹,故而具有极大的认识和研究价值。

(执笔:葛树蓉、沙四益)

### 汏 比

#### (一)概 述

"达比亚舞"是怒族具有代表性的舞种之一,流传在怒江州福贡县的各怒族村寨。

达比亚舞以舞者手持"达比亚"边弹边舞为主要特征。"达比亚"是怒族的传统乐器,形 似琵琶,四弦。其代表性节目有:反映性崇拜及生殖崇拜的《掰胯舞》(怒语音"奉贝水")、 《生育舞》("嚷喳水");反映原始狩猎方式的《狩猎舞》("呷叭水");表现动物形态的《江边 阳雀舞》("通节墨吴阿水")、《乌鸦喝水舞》("甘呐依嘎秀水")、《鸡刨食舞》("亚喳含吭 水");表现男女爱情的《窝得得》、《双人达比亚舞》("姆油替穷达比亚洛水");以及属表演 性的《反弹达比亚舞》("努努达比亚洛水"等。)

《掰胯舞》现仅有福贡县匹河怒族乡架究村和桐克村的少数人会跳。据腊翁老人(现已 故)讲:"过去,怒族人举行婚礼时,新娘到了新郎家后,要由新郎的舅舅与新娘跳《掰胯 舞》。跳完后,新娘方能与新郎入新房。"由舅舅与新娘跳《掰胯舞》的规矩,源于怒族舅父 制。怒族曾经历了以女子为中心的母系社会这一发展阶段,舅父制即是怒族母权制社会的 产物。在怒族的社会生活中,舅父权较为突出,怒族谚语说"天下最长的是道路,亲间最长 者为舅父"。在习俗上,外甥女出嫁时舅父要收受一条牛的彩礼,外甥婚后不育便以为是得 罪了舅父之故,照例要置备酒肉上门陪罪,聆听舅父的训言。而当舅舅的也认为自己在一 切事情上都有权教育下辈,包括传授性知识。因此,该舞必须由舅舅来跳,没有亲舅舅的, 由表舅代跳。从该舞下身部位顶胯和腿部关闭、打开的动作形象看,明显具有性的内容和 生殖崇拜的涵义。如今此习俗已基本废除,《掰胯舞》只是在群众性舞场上青年男女挑逗 时偶尔出现,舞蹈的内涵也发生了变化,但松胯顶胯及腿部开合的基本动作还是保留了 1692

下来。

《生育舞》现在也仅流传在福贡县匹河乡的个别艺人中。该舞也是婚礼中的舞蹈,由村寨中较有威望的男子作单人表演。舞蹈主要进述怒族的一个古老的故事:相传,在很古很古时,都是男人出嫁和怀胎,并从腿上分娩。每当男人分娩时,不仅要杀鸡宰牛,饮酒歌舞庆贺,还要卧床百日,甚至昼夜呻吟不止。弄得女人很烦恼,便对男人说:"算了、算了,今后不用你们男人怀胎生孩子了,由我们女人来承担此事。我们不要宰牛,杀些鸡来吃就行了,而且休息三十天就行了。"从那时起,便由女人来怀胎生孩子,直至今天(据民间艺人和纪堂、波由口述)。舞蹈通过达比亚的琴声讲述了这个古老的故事,而且从动作上,以一系列挺胸抬头后仰、开胯前俯扣胸、收腹后坐低头、踏地勾腿等动作形象,给人以分娩时强烈的痛苦感。在婚礼中表演《生育舞》,表明怒族视生育为大事,跳此舞无疑是为实现繁衍人口的目的服务。

《狩猎舞》,据民间老艺人和纪堂介绍,该舞原产生于"吴味"村(现福贡县匹河怒族乡知子罗村。怒族语"吴"意为"牲畜、物产","味"为繁衍),现已广泛流传在福贡县各怒族村寨。舞蹈中扭身屈膝屈伸的动作,塑造了猎人在深山密林中呼叫猎狗和隐身观察猎物行踪的形象。现在这个舞蹈已成了怒族人民的自娱性舞蹈,但舞蹈仍保持着古老的跳法。

《江边阳雀舞》出自达比亚古曲《江边阳雀啼鸣调》。曲调主要是模仿阳雀(阳雀,嘴角为红色,全身羽毛黑而无杂毛)的啼鸣声。由于此调优美动听,为人们喜爱,便根据调子加入舞步,边弹边跳,由此便有了《江边阳雀舞》。舞蹈中双脚落地、踢脚划圈的动作,给人以阳雀在树枝上跳跃啼鸣的感觉。

《乌鸦喝水舞》流传于福贡县的各怒族村寨。舞者在模仿乌鸦喝水时,每喝一口水都向上伸伸脖子,并警惕地左右张望,生动地表现出乌鸦时刻注意周围动静那种小心翼翼的警觉神情。

《鸡刨食舞》也是模仿动物神态的舞蹈,广泛流传在福贡县的怒族各村寨。关于此舞的产生,艺人都说是从孤儿开始跳起的。舞蹈所表现的内容,一部分人说是孤儿看见母鸡刨土啄食给小鸡吃,触景生情,就模拟母鸡刨食的动态,以表现母爱的内容;而另一些人则认为是表现公鸡啄虫向母鸡逗情。说法虽不一,但舞蹈是模仿鸡啄食的动作的看法是一致的。从不同舞者跳该舞时的动作看,女性或男性中性格内向者较细腻,男性、性格较外向者动作幅度较大,比较逗趣。

《窝得得》是达比亚舞中唯一有歌唱的节目。它除以达比亚伴奏外,边唱边跳,将弹、唱、舞融为一体,是怒族青年较喜爱的自娱舞蹈之一。

"窝得得"在怒语和"达比亚"弹唱中,是运用较广的语气词,相似于汉族民歌和生活语言里的"哎呀呀"或"哎哟哟"。在不同的歌词中和不同的场合,对它的不同运用,可表现怒族人民喜怒哀乐的不同感情。如在《窝得得》唱词中有"咪勒阿约窝得得"句,即为"想念得

不得了哎呀呀"之意;而在丧葬中死者亲人哭泣时唱:"炭吧阿谷龙阿拉吧,卡吧里提近姆勒染拉席呀阿妮。阿尼妞南卡苏姆,玛龙龙姆块席挟勒哎窝得得。"意为"过去我俩都是一起去上山,今天你为什么不等我,一个人就先走了……哎哟哟。"可见"窝得得"一词运用于不同场合,有不同的感情色彩。《窝得得》舞即因"窝得得"一词在歌词中的大量运用而得名。舞蹈内容是讲述怒族一则古老美丽的传说:远古时,青年乍付赛和姑娘乍付玛这一对日夜思念的情侣,一个在怒江东,一个在怒江西,被江水无情地隔在两岸,他们试图用达比亚和"叽咪"(口弦)来向对方传递自己的感情,但因达比亚和叽咪的音量太小,乐声被滔滔江水淹没而无法传递到对方的耳里。乍付赛和乍付玛便把内心的深情高声唱了出来,这样,彼此都从唱词中听到了对方的心里话。这对恋人的真挚情感,感动了天神,天神便在月夜里将一棵大树横架在怒江上。从此,乍付赛和乍付玛便通过树桥经常相见,并最终结成了美满姻缘。以后,人们就用舞蹈来讲述这一故事,并代代相传至今。

由于《窝得得》将弹、唱、跳融为一体,从而在达比亚舞蹈中形成了鲜明而独特的风格; 又因其表现了青年男女真挚的爱情,因而深受怒族青年的喜爱,也常用此舞来隐喻自己的 爱情。

《双人达比亚舞》也是怒族中广为流传并具有代表性的舞蹈之一。据民间艺人普阿谈、波益思、丹益付等讲:"乍付赛、乍付玛两人的真诚爱情感动了天神,在怒江之上架起了树桥后,使原来分隔在东西两岸的情人得以朝夕相见,常常形影不离,双双并肩搭背搂腰,一个手把琴杆,一个弹拨琴弦,双双起舞。《双人达比亚舞》便由此产生并流传至今。该舞是怒族青年男女极喜爱的舞蹈,他们认为,只有心灵相通的人才能在一起和谐地弹出共同的希望。因此,青年情侣在一起时,常常一起搂腰搭肩弹跳《双人达比亚舞》。现此舞不仅流传在怒江的各怒族村寨,也为邻近的其他民族青年所喜爱。

《双人达比亚舞》除在青年男女谈情说爱时跳外,在节日、婚嫁等喜庆场合也跳,意在众人前展示他们心灵的相通和技艺的高超。此舞曾多次被搬上舞台,受到了好评。

《反弹达比亚舞》流传于福贡县匹河怒族乡。该舞多在节日等喜庆场合中相互比较技艺时跳。只要是会弹达比亚的男女皆可参加,跳时除将达比亚以反弹姿态弹奏外,动作幅度也加大,以此显示其舞蹈和弹奏技艺的高超,

达比亚舞蹈的上身弹奏姿态非常丰富,有左右高弹、平弹、低弹、背弹、反弹等等不同姿态。舞步比较规范,有两种主要风格:一是双膝屈伸带送胯动律的踏、点、刨、蹉、勾,其屈伸较为明显;二是屈伸带转身韵律的踏、点、刨、蹉、勾,蹉、屈伸较小。

达比亚舞的节奏大都为中速,每拍音乐膝部屈伸一次,屈伸要求均匀和有韧性,这与这一民族的性格沉稳有一定的关系。达比亚舞蹈屈伸颤动这一基本韵律,在民间有详细的要求,艺人在传授时,对初学的人,首先强调膝关节不要僵直,要有颤动感。而对如何掌握韵律,则强调屈伸颤动时要用"心"即内在感觉而不仅是外形的颤动。不难看出,他们对达1694

比亚舞中的屈伸颤动这一基本韵律的要求是极为严格的。

总之,左右送膀、左右转身、屈伸颤动是形成达比亚舞特有韵律的三个要点,也是形成 达比亚舞独特风格的主要因素。

达比亚舞在内容和舞步上,各村基本相同。个别村寨在有的舞蹈后加有结尾动作组合,结尾动作组合又有两种,我们将其称为"结尾组合一"和"结尾组合二"。在跳完一个舞蹈后加结尾组合时,其音乐速度和舞蹈都要随之加快,从而使舞蹈在较为欢快的气氛中结束。

# (二) 音 乐

# 掰胯舞曲

传授 普阿谈(怒族) 记谱 和品生(怒族)

1 = F 中速

# 生育舞曲

传授 波益思 (怒族) 记谱 和品生 (怒族) 沙四益 (怒族)

 1 = F 中速稍慢

 4 22 31 32 31 | 22 31 32 31 | 22 31 32 21 | 2 5.6 21 |

 4 22 31 32 31 | 2 5.6 21 | 4 22 31 56 21 | 32 31 32 5.6 |

 2 2 3 5.6 | 2 5.6 | 3 1 2 5.6 5.6 | 2 2 5.6 5.6 |

 $\frac{4}{4}$  1. 6 2 2 1. 6 2 2  $\frac{2}{4}$  1 6 2 0

#### 狩 猎 舞 曲

传授 恒 山 (怒族) 记谱 李卫才 (怒族)

1 = F 中速

 $\frac{3}{4}$   $\frac{3}{2}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{2}{3}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{2}{3}$   $\frac{3}{5}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{3}{3}$   $\frac{3}{2}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{3}{6}$  $\frac{3}{4}$   $\frac{6}{3}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{2}{3}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{3}{2}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{2}{3}$   $\frac{3}{6}$  $\frac{3}{4}$   $\frac{5}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{3}{1}$   $\frac{3}{1}$   $\frac{3}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{6}{1}$  $\frac{2}{4}$   $\frac{5}{3}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$ <u>2 3 6 1 6 6 2 1 3 2 6 3 2 3</u>

# 江边阳雀舞曲

传授 波益思 (怒族) 记谱 和品生 (怒族)

1 = F 中速

 $\frac{3}{4}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{3}{2}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{3}{2}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{1}{1}$ <u>1 3 2 1 | 1 3 2 1 | 1 1 2 | 1 1 2 | </u> 2 1 6 2 6 1 6 2 **|** 

# 乌鸦喝水舞曲

传授 丹益普 (怒族) 丹益付(怒族) 丹益壳(怒族) 记谱 李卫才(怒族)

1 = F 中速

# 鸡刨食舞曲

 1 = F 中速
 传授 波 三 (怒族)

 3 3 2 3 3 2 1 | 2 3 5 2 1 | 3 3 2 3 6 | 2 3 3 6 |

 3 3 3 6 1 6 | 2 3 6 1 6 | 2 3 6 1 6 | 2 3 2 3 3 | 2 3 6 |

 1 = F 中速

 3 3 3 6 1 6 | 2 3 6 1 6 | 2 3 6 1 6 |

 1 6 97

 $\frac{3}{4}$   $\frac{6}{3}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{3}{6}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{2}{3}$   $\frac{3}{6}$ 

窝 得 得

传授 波益思(怒族) 记谱 和品生(怒族) 配歌 沙四益(怒族)

1 = D 慢速

 2
 1
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6
 5
 6</

 5
 5
 5
 6
 6
 5
 5
 6
 5
 5
 1
 1
 5

 思念得不行了 (窝得得, 窝得得)。1. (男子) (哦) 阿姐
 2. (女子) (哦) 阿哥

İ 5 6 5 6 5 5 5 5 5 了 乍 来 呀 来。 念 不 行 付 玛 来 来。 念 不 行 7 乍 付 来 呀 呀 来,

6 5 5 5 5 66 5 念 不 思 (窝 念 得 不 行 了 (窝 思 得), 窝 (窝 1 i 5 6 6 5 回 来 吧 山 路 上 回 得)。 从 得)。 i 6 5 5 5 5 5 6 得, 后 (窝 i <u>i i</u> i \_\_ 5 5 5 5 不 行 了 来 吧, 想 得)。 6\_\_\_ 5 5 6 6 5 5 5 5 得)。 不 行 了 (窝 得, 得), <u>6 5</u> 5 <u>6 5</u> 6 5 <u>2 5</u> 5 6 5

# 双人达比亚舞曲

传授 丹益壳 (怒族) 丹益普 (怒族) 丹益付 (怒族) 记谱 李卫才 (怒族)

1 = D 中速

# 反弹达比亚舞曲

1 = F 中速

1 2 | 1 2 |  $\frac{3}{4}$  1  $\underline{26}$   $\underline{26}$  | 1  $\underline{26}$   $\underline{26}$  |  $\frac{2}{4}$  1  $\underline{26}$  | 1  $\underline{26}$  |

# 结束曲

丹益帝 (怒族) 丹益首 (怒族) 丹益付 (怒族) 李卫才 (怒族) 传授

1 = F 快速

 $\frac{2}{4}$   $\frac{2}{2}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{1}{2}$ 

 $\frac{3}{4}$   $\frac{11}{11}$   $\frac{22}{11}$   $\frac{56}{11}$   $\frac{22}{11}$   $\frac{56}{11}$   $\frac{12}{11}$   $\frac{16}{11}$   $\frac{16}{11}$   $\frac{12}{11}$   $\frac{16}{11}$   $\frac{12}{11}$   $\frac{16}{11}$   $\frac{12}{11}$   $\frac{16}{11}$   $\frac{16}{$ 

 $\frac{3}{4}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{6}{2}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{2}{9}$   $\frac{1}{9}$ 

#### 结束 曲二

传授

丹益普 (怒族) 丹益什(怒族) 李卫才(怒族) 记谱

1=F 快速

 $\frac{2}{4}$   $\frac{2}{2}$   $\frac{2}{3}$   $\frac{2}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{6}{2}$   $\frac{1}{2}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{2}{2}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{2}{2}$ 

12 56 12 56 16 22 16 20

# (三) 造型、服饰、道具

### 造型



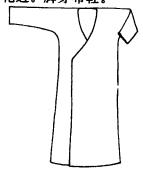
男舞者



女舞者

# 服 饰(除附图外,均见"统一图")

- 1. 男舞者 老者用青布或黑布包头,包头右旁以红布带装饰(约7厘米宽,33厘米长。年轻人用白布或红布包头,用白布包头的即以红布带为饰,用红布包头的即以白布带为饰。均内着对襟衣,外套麻制长衣,衣脚以红色线呈"ww"型缝制装饰图案。腰扎黑或蓝布腰带,腰带一端用贝壳或料珠装饰垂于左腰旁。下穿黑或蓝布裤,脚穿布鞋或赤脚。
- 2. 女舞者 头戴用螺片和红、白色料珠串成的珠帽,胸前佩戴珊瑚、玛瑙或红白色料珠串成的项珠,右肩斜挂数串贝壳串成的挂珠,戴铜耳环。穿白色右衽上衣,袖子窄小,袖口处用黑或蓝布拼接。上套红色或黑色右衽背心。着麻制白色或黑色百褶长裙,裙长及脚面,禳有花边。脚穿布鞋。



麻制长衣



女头饰(正面)



女头饰(背面)



### 道具

- 1. 达比亚 用黄桑木或漆树掏空削制而成。其外形和琵琶相似,但体积略小,全长约60厘米,分椭圆形和三角形两种。挂琴弦四根,过去为羊肠线,现为钢丝。使用三度或五度定弦法。有的以蜂蜡作点,以作为音位标记。
- 2. 叽咪 即"口弦",分弹奏口弦和拉线口弦两种,竹制,一般有三片或《一片之分,拉线口弦只有一片(见"统一图")。

达比亚

# (四) 动作说明

# 达比亚的弹奏位置

- 1. 左高弹位(见图一)
- 2. 右高弹位(见图二)
- 3. 平弹位(见图三)



图一



图二



图 =

- 4. 低弹位(见图四)
- 5. 背弹位(见图五)
- 6. 反弹位(见图六)







图 四

图五

图六

提示:达比亚的弹奏位置除了特定节目有要求外,其余可由舞者即兴选位弹奏。

演奏时,以右手大拇指和食指弹拨,左手以食指、中指、无名指、小指按弦。

# **叽咪的吹奏姿态**(见图七)

### 基本动作

舞蹈时,男双手可即兴选用不同的位置弹奏达比亚;女始终吹奏叽咪。以下介绍动作时,双手动作省略。动作图中所示仅供参考。



### 1. 送胯单踏地

第一拍 前半拍,右脚向右移一小步,微屈膝,膀部顺势稍向右送出,上身略左倾,头微向右摆。后半拍,右腿伸直,同时左小腿稍外拐,脚微勾提起于右脚旁。

第二拍 右腿屈伸的同时,左脚掌内侧在右脚旁轻踏地(见图八)即提起。

2. 送胯双踏地

第一拍 同"送胯单踏地"第一拍动作。

第二~三拍 做"送胯单踏地"的第二拍动作两次。

3. 转身单踏地

第一拍 前半拍,右脚向右移一小步,脚尖对右方向,微屈膝,同时身体右转四分之一圈,面对左前。后半拍,右腿伸直,同时左脚离地靠近右脚旁自然提起(见图九)。

第二拍 右腿屈伸的同时,左脚在右脚旁轻踏地后微勾脚提起。



图八



图九

### 4. 转身双踏地

第一拍 同"转身单踏地"的第一拍。

第二~三拍 做"转身单踏地"的第二拍动作两次。

要点:每拍做一次屈伸动作,当主力腿屈膝时,动力腿同时踏地;主力腿伸直时,动力腿即提起。

踏地动作有两种:一是屈伸带送胯动律的踏地,其屈伸较为明显,动力脚着地面为脚掌内侧;二是屈伸带转身的踏地,其屈伸较小,动力腿踏地全脚掌着地。上身基本保持微前俯姿态。两种不同风格的踏地动作,可根据舞蹈内容和舞蹈者的情绪而变换。

### 5. 送胯单点步

第一拍 同"送胯单踏地"的第一拍动作。

第二拍 右腿屈伸的同时,左脚以脚腕为动力,用前脚掌内侧在右脚旁轻点地提起,略勾脚,脚掌稍对外。

### 6. 送胯双点步

第一拍 同"送胯单踏地"的第一拍。

第二~三拍 做"送胯单点步"的第二拍动作两次。

7. 转身单点步

第一拍 同"转身单踏地"的第一拍。

第二拍 右腿屈伸的同时,左脚以脚腕为动力,用前脚掌在右脚旁轻点地后稍勾脚提起。

# 8. 转身双点步

第一拍 同"转身单踏地"的第一拍。

第二~三拍 做"转身单点步"的第二拍动作两次。

要点:做"点步"时,屈伸的大小,送胯转身的要求同前。点步时,动力腿要以脚腕为动力往下弹点地。

此动作除用前脚掌做"点地"外,也可用脚尖点地。其两者风格各异,用脚尖做"点地"时,主力腿屈伸动作幅度略大,点地位置更为自由。

# 9. 送胯单刨步

第一拍 前半拍,右腿向右移一小步微屈膝,胯部顺势略向右送出,上身随之稍左倾,头微向右摆;后半拍,右腿伸直的同时,左腿屈膝稍勾脚前抬 25 度。

第二拍 右腿屈伸一下;同时左脚以前脚掌内侧做一次刨地后自然提起(见图十)。



图十

10. 送胯双刨步

第一拍 同"送胯单刨步"的第一拍。

第二~三拍 做"送胯单刨步"的第二拍动作两次。

11. 转身单刨步

第一拍 前半拍,右脚向右移一小步,脚尖对左前方,双膝微屈,身体随之转向左前微俯。后半拍,右腿稍伸直的同时,左腿屈膝微勾脚前抬25度。

第二拍 右腿屈伸一次的同时,左脚前脚掌往回刨地后自然提起。

12. 转身双侧步

第一拍 同"转身单刨步"的第一拍。

第二~三拍 做"转身单刨步"的第二拍动作两次。

要点:刨地时,脚掌仅点擦地一下即提起。做"双刨步"时,第二次刨地的动作幅度比第一次小,还可以做成"连刨",即勾脚接刨第二次。

13. 送胯单后刨步

第一拍 前半拍,右脚向右移一小步微屈膝,顺势向右稍送胯,身体转向左前,上身随之稍左倾,头微向右摆,眼视前方。后半拍,右腿稍伸直的同时, 左腿屈膝微勾脚旁抬 25 度。



图 十一

第二拍 右腿屈伸的同时,左脚用前脚掌内侧在右脚跟后刨地擦至右后(见图十一)随即微勾脚提起。

14. 送胯双后刨步

第一拍 同"送胯单后刨步"的第一拍。

第二~三拍 做"送胯单后刨步"的第二拍动作两次。

15. 转身单后刨步

第一拍 前半拍,右脚向右移一小步微屈膝,脚尖对左前,身体顺势转向左前微俯,同时左腿屈膝微勾脚朝左前悠起 25 度,眼视左前下方。后半拍,右腿微直的同时,左脚向外划至左旁。

第二拍 右腿屈伸的同时,左脚用前脚掌在右脚跟后刨地,随即撩至右后,身体顺势略左拧,随即左脚微勾脚自然提起。

16. 转身双后刨步

第一拍 同"转身单后刨步"的第一拍。

第二~三拍 做"转身单后刨步"的第二拍动作两次。

要点:做"后刨步",其屈伸、送胯、转身及刨的动作都比较大。但做"双刨步"时,第二次刨地动作略小,也可做成带"顿"劲(有停顿感,动作有力)的"双刨"动作。另外此动作做成退步后刨步时,其动力腿划圈幅度较大,身体转动和前俯的幅度也随之加大。

### 17. 送胯蹉步

第一拍 前半拍,右脚向右移一小步微屈膝,顺势向右送胯,上身随之左倾,头微向右摆。后半拍,右腿稍直的同时,左脚靠近右脚旁,膝部稍外开,脚尖对左前方提起。

第二拍 右腿稍屈膝的同时,左脚掌轻踏地往左前蹉出,顺势向右出胯(见图十二)。

第三拍 右腿稍直的同时,左脚蹉地收回稍提起。

### 18. 转身蹉步

第一拍 前半拍,右脚往右移一小步,脚尖对左前方,稍屈膝,身体顺势转向左前微俯。后半拍,右腿稍直的同时,左脚靠近右脚旁稍提起。

第二拍 右腿稍屈膝的同时,左脚掌轻踏地往左前蹉去。

第三拍 右腿稍直的同时,左脚蹉地收回右脚旁稍提起。

### 19. 侧身蹉步

第一拍 前半拍,右脚向右移一小步,脚尖对右前,双腿稍屈膝。后半拍,右腿稍直的同时,左脚靠近右脚旁提起,身体转向右前方,眼视左前下方。

第二拍 右腿屈膝的同时,左脚轻踏地用脚外侧朝左前方蹉出,顺势稍向左出胯,上身略向右后倾(见图十三)。

第三拍 右脚稍直的同时,左脚蹉地收回右脚旁稍提起,立上身,眼视左前方。

要点:"蹉步"的送胯、转身动律要求同前。在屈伸节奏上可有所变化。做法:第一拍做一次屈伸;第二、三拍做一次屈伸;往下踏地只是连接动作,重点在蹉脚上。"转身蹉步"也可做成;第二拍动作时,上身稍后仰。

### 20. 送胯顿蹉步

第一拍 右脚向右移一小步微屈膝,左脚跟微离地,膝关节靠向右膝,胯部稍向右送出,上身微向左倾,头稍向右摆,眼视右前下方(见图十四)。

第二~三拍 右腿微屈伸两次的同时,左脚尖对左前方顿蹉两次。

### 21. 转身顿蹉步



图 十二



图 十三



图 十四

第一拍 右脚向右移一小步,脚尖对右前方,膝略屈伸一次,同时身体转向右,左脚跟 微离地。

第二~三拍 右腿微屈伸两次,同时,左脚往前顿蹉两次,身体随之下沉略右拧,眼视前方(图十五)。

要点:做"顿蹉步"送胯要求同前。身体转动与动力腿的动作方向一致,动力腿每顿蹉一次,脚跟都要微离地。

22. 送胯蹉踢步

第一拍 前半拍,右脚向右移一小步微屈膝,顺势稍向右送胯,上身左倾,头微向右摆。后半拍,右腿稍直的同时,左腿勾脚离地,脚尖对左前方,后跟靠近右脚腕,膝关节稍外开提起。

第二拍 右腿屈伸的同时,左脚稍外开,经踏地稍蹉向前踢出 25 度。

23. 转身蹉踢步

第一拍 前半拍,右脚向右移一小步微屈膝,脚尖对右前,身体转向右前方。后半拍,右腿微直的同时,左脚靠近右脚旁自然提起。

第二拍 右腿屈伸的同时,左脚经轻踏向右前蹉地踢起 25 度,腰微向左拧,眼视左下方。

要点:屈伸、送胯的要求同前,身体转动与动力腿的动作方向一致。做"蹉踢步"时,踏、 蹉地只是踢的连接动作,主要体现在踢的动作上。而踢的力度较小,带有一定的韧性。

24. 送胯单勾腿步

第一拍 右脚向右移一小步,腿顺势屈伸一次,同时胯部向右送出,上身朝左倾,头稍向右摆,左腿微屈旁抬 45 度(图十六)。



图 十五



图 十六

第二拍 右腿屈伸的同时,左小腿往里勾一下。

25. 送胯双勾腿步

第一拍 同"送胯单勾腿步"的第一拍。

第二~三拍 左小腿往里勾两次。

26. 转身单勾腿步

第一拍 右脚向右移一小步,脚尖对前方,同时身体转向左前微俯,双腿略屈伸,左腿

勾脚前抬 45 度,眼视左前下方。

第二拍 右腿屈伸一下的同时,左小腿往回勾(见图十七)一次后即回原位。

27. 转身双勾腿步

第一拍 同"转身单勾腿步"的第一拍。

第二~三拍 左小腿往里勾两次。

要点:做"勾腿步"时,主要以小腿和脚跟的力量往里勾。送胯动作一般都在旁抬腿勾步时做,身体转动时,又都是正抬腿勾步。做"双勾腿"动作时,第二次勾腿比第一次幅度略小。

"勾腿步"的动作幅度大而粗犷,常起到将情绪推向高潮的作用。

28. 结尾组合一

第一拍 左脚往左前上一步微屈膝, 胯顺势向左前送出, 上身稍向右后倾, 右脚在左脚后微提起。上身拧向右前, 脸对左前方。达比亚在"右高弹位"(图十八)。

第二拍 左腿屈伸一下的同时,右脚在左脚跟后快速踏地自然提起。

第三拍 右脚退向右后顺势屈伸,左腿朝左前稍吸起,上身稍向左前倾,胯向右后送出,达比亚成"低弹位"(图十九)。







图 十八



图 十九

第四拍 左脚在右脚旁踏地后提起。

第五~八拍 同第一至四拍。

第九~十二拍 左脚起向左前略侧身走四小步,随上步之势稍送胯。面向右前,眼视右前下方。

第十三~十四拍 做"送胯蹉踢步"的对称动作。眼视右脚。

第十五拍 右脚后"刨"一次。

第十六拍 左腿屈伸的同时,右脚向左前大幅度做"送胯蹉踢步"第二拍的对称动作。 第十七拍 右脚勾同。

第十八~二十六拍 做第九至十七拍的对称动作。

第二十七~二十八拍 身体转向左前方,大幅度做"转身蹉踢步"的对称动作。 1708 第二十九拍 右脚勾回。

第三十~三十二拍 做第二十七至二十九拍的对称动作。

第三十三~三十四拍 退左脚做"送胯单后刨步"。

第三十五~三十六拍 做"送胯单后刨步"的对称动作。

29. 结尾组合二

第一~二拍 左脚起往左前稍侧身走两小步,上步时顺势送胯。面向右前,眼视左前方。

第三~四拍 做"送胯单后刨步"。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十二拍 左脚起往前上四小步。身体随步伐左右稍转动,达比亚在左"高弹位"。

第十三~十四拍 做"转身单后刨步"。

第十五~十六拍 退做"送胯单后刨步",上身随之稍前俯。

第十七~十八拍 做"送胯单后刨步"的对称动作。

第十九~二十拍 做"送胯单后刨步"。

### 套路动作

1. 掰胯舞

准备 两人面对面站"大八字步"。男双手"平弹位"弹"达比亚",女吹"叽咪"。

第一~二拍 右脚前迈、左脚跟上成"大八字步",同时双膝屈伸,下腹往前顶两次(见图二十)。

第三~四拍 退右脚做"送胯单踏地"。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十二拍 同第一至四拍。

第十三拍 左脚上步稍屈膝,同时右腿微屈膝自然后抬,下腹往前顶一次。

第十四~十五拍 退右脚做"送胯单刨步"。

第十六~十八拍 同第十三至十五拍。

第十九~二十一拍 左脚上步做"送胯双点步"的对称动作。右脚每一次点地时下腹往前顶一次。

第二十二~二十四拍 做"送胯双点步",左脚每次点地时下腹往前顶一次。

第二十五拍 做"送胯单刨步"的第二拍动作。



图 二十

第二十六拍 左脚向左旁落地屈膝,同时右脚绷起脚尖点地,开膀呈半蹲状(见图二十一)。

第二十七拍 右大腿夹靠左腿,眼互视(见图二十二)。







图 二十二

第二十八~二十九拍 同第二十六至二十七拍。

第三十拍 保持姿态,膝屈伸一次。

第三十一拍 右腿向外打开。

第三十二拍 右腿向内夹。

第三十三拍 右腿向外打开。

第三十四拍 保持姿态,膝屈伸一次。

第三十五~四十二拍 重心移至右腿,接做第二十七至三十四拍的对称动作。

第四十三拍 左脚向左旁落腿屈膝,同时右腿屈膝向外打开,前脚掌点地,下腹向前顶一次。

第四十四~四十五拍 下腹向前顶两次。

第四十六~四十八拍 做第四十三至四十五拍的对称动作。

第四十九~五十拍 左脚起上前两步,下腹随之向前顶两次。

第五十一~五十二拍 退左脚做"送胯单踏地"的对称动作。

第五十三~五十六拍 做第四十九至五十二拍的对称动作。

第五十七拍 左脚向左踏地屈膝,同时右腿屈膝朝右,脚尖点地。

第五十八拍 右脚微提左划,成脚尖点地,双膝并拢。

第五十九拍 右腿向右打开。

第六十~六十二拍 做第五十七至五十九拍的对称动作。

# 2. 生育舞

准备 站"小八字步",手持达比亚于"平弹位"。

第一~二拍 做"送胯单踏地"的对称动作,挺胸抬头稍后仰,达比亚至"左高弹位"。

第三~四拍 做"送胯单踏地"。

第五拍 左脚落向左后,屈膝,上身前俯,扣胸收腹,同时右腿屈膝前提,达比亚至"平弹位",眼视右下方(见图二十三)。

第六拍 右脚在左脚旁踏地后自然提起。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

第九~十拍 做"送胯单踏地"的对称动作。挺胸抬头稍后仰,达比亚于"左高弹位"。

第十一拍 右脚退向右后,屈膝,前俯扣胸,收腹低头,同时左脚自然提起。

第十二拍 左脚在右脚前踏地自然提起。

第十三~十四拍 做"转身单勾腿步"的对称动作。

第十五~二十拍 做第九至十四拍的对称动作。

第二十一~二十八拍 同第一至八拍。

第二十九~三十二拍 同第一至四拍。

第三十三拍 左脚退向左后,身体随之转向右前方,前俯扣胸、收腹,同时右脚自然提起。

第三十四~三十五拍 右脚在左脚旁踏地两次。

第三十六~三十八拍 做第三十三至三十五拍的对称动作。

第三十九~四十二拍 同第一至四拍。

第四十三~五十四拍 同第九至二十拍。

### 3. 狩猎舞

第一拍 右脚向右前上步稍踮脚,同时左脚微后抬,身体上提,面向右前方,达比亚于 "平弹位"(见图二十四)。

第二拍 左脚向右前上步屈膝,同时右小腿稍后抬,上身随之前俯,达比亚至"反弹位"(见图二十五)。

第三拍 右脚退一步,直膝,同时左脚离地,身体随之向上提。

第四拍 左脚退一步屈膝的同时,右腿稍开胯旁抬 45 度,身体向左转成面对左前,胯部向左后方送出,上身略向右倾,眼视左前下方(见图二十六)。



图 二十三



图 二十四



图 二十五



图 二十六

第五~六拍 同第一至二拍。

第七~八拍 退右脚做"转身单刨步"。

第九~十拍 做"转身单刨步"的对称动作。

第十一~十三拍 退右脚做"送胯顿蹉步"。

第十四~十六拍 做"送胯顿蹉步"的对称动作。

第十七~十八拍 右脚退一小步做"转身单后刨步"。

第十九~二十拍 做"转身单后刨步"的对称动作。

第二十一~二十三拍 右脚往右落地,双腿成左"靠点步"状,屈膝略屈伸三次,上身稍右拧微前俯,眼视前方,做观察猎物动静状(见图二十七)。

图 二十七

第二十四~二十六拍 做第二十一至二十三拍的对称动作。

第二十七~三十一拍 右脚起向右前踏地上三步,顺势做"送胯双后刨步"。

第三十二~三十六拍 做第二十七至三十一拍的对称动作。

第三十七~三十九拍 同第二十一至二十三拍。

第四十拍 眼视前方,双腿小幅度屈伸一次。

第四十一~四十四拍 做第三十七至四十拍的对称动作。

第四十五~四十六拍 退右脚做"转身单点步",上身随之前俯。

第四十七~四十八拍 做"转身单点步"的对称动作。

4. 江边阳雀舞

准备 "小八字步"站立,达比亚于"平弹位"。

第一拍 左脚向左前上步顺势屈伸一次,同时,右脚提起,眼视左前上方。

第二拍 右脚向左前蹉踢抬起 45 度划至前方,身体随之向右微转。

第三拍 右脚后刨,上身顺势稍前俯,眼视前下方。

第四~六拍 做"转身双点步"。

第七~十拍 左脚起往左前上四步,身体随之左右摆动,眼视左前上方。

第十一拍 落左脚的同时,右脚做"送膀蹉踢步"的第二拍动作,接腿弯曲抬起 45 度 划至前方。

第十二拍 同第三拍。

第十三~十四拍 做"送胯单点步"。

第十五~二十二拍 做第七至十四拍的相同动作。

第二十三~二十八拍 同第一至六拍。

第二十九~三十拍 退左脚做"转身单后刨步"。

第三十一~三十二拍 做"转身单后刨步"的对称动作。

第三十三~五十二拍 做"结尾组合二"。

### 5. 乌鸦喝水舞

准备 "小八字步"站立,达比亚于"平弹位"。

第一拍 左脚向左移一小步的同时,右脚自然提起,身体微向右转,头转向左。

第二拍 右脚向右踏一步,顺势向右送胯,头快速朝右甩。

第三拍 双腿开胯半蹲,上身前俯,点头,摹仿乌鸦喝水动作。

第四拍 稍仰身抬头。

第五~八拍 同第一至四拍。

第九拍 同第一拍。

第十拍 做第一拍的对称动作。

第十一~十二拍 同第一至二拍。

第十三~十四拍 双腿开胯半蹲,上身前俯点头两次,摹仿乌鸦喝水动作。

第十五~十六拍 抬头两次,第一次平视前方,第二次稍仰头,眼视前上方。

第十七~二十四拍 做第九至十六拍的对称动作。

第二十五~四十拍 同第一至十六拍。

第四十一~四十四拍 同第九至十二拍。

第四十五拍 双腿开胯半蹲,上身前俯点头,摹仿乌鸦喝水动作。

第四十六拍 仰头做喝水状。

第四十七~五十二拍 做第四十一至四十六拍的对称动作。

第五十三~六十拍 同第一至八拍。

第六十一~六十二拍 双腿开胯半蹲,上身前俯点头两次,摹仿乌鸦喝水动作。

第六十三~六十四拍 同第十五至十六拍。

第六十五~六十八拍 同第六十一至六十四拍。

第六十九~一〇八拍 同第一至四十拍。

第一〇九~一一〇拍 退左脚做"转身单后刨步"。

第一一一~一一二拍 做第一〇九至一一〇拍的对称动作。

第一一三~一四八拍 做"结尾组合一"。

### 6. 鸡刨食舞

第一拍 右脚向右前上一步, 踮脚, 同时左腿屈膝稍后抬, 身体顺势上提微前俯, 脸向右前方。"平弹位"执达比亚。

第二拍 左脚向左前上一步稍**蹲**,同时右小腿向后平抬,上身前俯低头(见图二十八)。

第三拍 退右脚直膝,同时左脚稍提,身体顺势上提。

第四拍 退左脚屈膝的同时,右腿屈膝前抬,身体转向左前方,胯部向左后送出,上身



图 二十八

右倾,眼视左前下方。

第五~六拍 同第一至二拍。

第七~八拍 退右脚做"转身单刨步"。

第九~十拍 做"转身单刨步"的对称动作。

第十一~十三拍 退右脚做"送胯双后刨步",上身随之稍前俯。

第十四~十六拍 做"送胯双后刨步"的对称动作。

第十七~十八拍 右脚退一小步做"转身单后刨步"。

第十九~二十拍 做"转身单后刨步"的对称动作。

第二十一~二十二拍 做"转身双后刨步"第二至三拍的对称动作。

第二十三拍 右腿往前悠起 25 度,同时,身体向左转回原位。

第二十四~二十六拍 同第二十一至二十三拍。

第二十七~二十九拍 做"转身双勾腿步"的对称动作,身体顺势 转向右前稍俯。

第三十拍 右脚往右落地的同时,左脚自然提起,身体向左转回 原位。

第三十一~三十九拍 做第二十一至二十九拍的对称动作。

第四十拍 左脚向前悠起 25 度,身体向右转回原位。

第四十一拍 左脚向左落地的同时,右腿勾脚向右前稍吸起,顺势向左送胯,身体转向右前微俯,眼视右前下方(见图二十九)。

第四十二拍 做"送胯单后刨步"第二拍的对称动作。

第四十三拍 右脚做"送胯单勾腿步"第二拍的对称动作。

第四十四~四十六拍 做第四十一至四十三拍的对称动作。

7. 窝得得

准备 男手持达比亚于"平弹位",女吹口弦。均站"小八字步"。

第一~二拍 做"转身单踏地",眼平视前方。

第三~四拍 做"转身单踏地"的对称动作。

第五~六拍 做"送胯单踏地"。

第七~八拍 做"送胯单踏地"的对称动作。

第九~十二拍 同第一至四拍。

第十三~十四拍 做"转身单后刨步",上身随之微前俯。

第十五~十六拍 做"转身单后刨步"的对称动作。

第十七~十八拍 做"转身单点地"。

第十九~二十六拍 左脚起向前上八步,双腿随步伐微屈伸,身体顺势左右拧动。 1714



图 二十九

第二十七拍 右脚上一步踏地。

第二十八拍 上左脚成左"丁字步",双腿稍屈,上身微后仰。

第二十九拍 左脚退一步。

第三十拍 右腿收至右"丁字步"位,双腿屈膝,上身微前俯。

第三十一~三十二拍 同第二十七至二十八拍。

第三十三~四十拍 左脚起向后退八步,双腿随步伐微屈伸,身体随之左右拧动。

第四十一~四十六拍 同第二十七至三十二拍。

第四十七~五十六拍 左脚起往左前上十步,双腿顺势微屈伸,身体随之左右拧动。

第五十七~六十二拍 同第一至六拍。

第六十三~六十八拍 右脚起踏步(一拍一步)向右转一圈,双腿随踏步自然屈伸。

第六十九~七十八拍 向右前做第四十七至五十六拍的对称动作。

第七十九~八十二拍 做第一至四拍的对称动作。

第八十三~八十八拍 同第六十三至六十八拍。

第八十九拍 右脚退一步。

第九十拍 左脚后刨。

第九十一~九十二拍 做第八十九至九十拍的对称动作。

8. 双人达比亚舞

准备 二人站"小八字步",男右女左相互一手搂肩或搂腰,另一手共同"平弹位"执达比亚,男弹弦女按弦(见图三十)。二人也可互换位置。

第一拍 右脚往前踏一步屈膝,上身稍前俯,同时左腿屈膝稍后抬,二人对视。

第二~三拍 做"送胯单后刨步"的对称动作。

第四~六拍 同第一至三拍。

第七拍 右脚向右前上一小步,身体转向右前,同时左脚微提起。

第八拍 左脚往右前蹉踢稍端起,上身顺势向左后微倾(见图三十一)。



图 三十



图 三十一

第九~十拍 做"送胯双刨步"的第二至三拍动作。

第十一~十四拍 做第七至十拍的对称动作。

第十五~五十六拍 反复做三次第一至十四拍的动作。

9. 反弹达比亚舞

准备 站"小八字步",达比亚于"反弹位"。

第一拍 左脚往左前上一步直膝,身体随之转向左前,顺势向左前上方挑腰亮胸,同时右腿开膀、右脚提起自然靠在左小腿旁(见图三十二)。

第二拍 右腿向右后退一小步,同时左腿勾脚稍前抬,上身前俯微向左倾(见图三十三)。

第三拍 左脚向左前上步直膝,同时,右脚离地,身体右转四分之一圈。

第四拍 右脚向后"刨"一次,上身随之稍前俯。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十三拍 左脚起往左前上五步,走时稍高抬脚,两膝外开,身体随步伐顺向左右拧动(见图三十四)。

第十四拍 右脚上前一步,同时左脚勾脚旁抬,上身稍前俯左倾(见图三十五)。



图 三十二



图 三十三



图 三十四



图 三十五

第十五~十六拍 左脚往右后踏地,身体转对左前方,做"送胯单勾腿步"的对称动作上身微前俯。

第十七拍 右脚在右前踏地一下,接勾脚旁抬 90 度,身体转回原位稍左倾。

第十八~十九拍 做"送胯双勾腿步"第二至三拍的对称动作。

第二十~二十二拍 做第十七至十九拍的对称动作。

第二十三拍 左脚在左旁踏地屈膝为重心,同时右腿屈膝旁抬 90 度(见图三十六)。

第二十四拍 做"送胯单勾腿步"第二拍的对称动作。

第二十五~二十六拍 做"送胯单勾腿步"。



图 三十六

第二十七~四十四拍 左脚起往右前上步,做第九至二十六拍的动作。 第四十五~六十四拍 做"结尾组合二"。

# (五) 跳 法 说 明

#### 掰胯舞

掰胯舞有两种跳法:一种是在怒族青年举行婚礼的夜晚,由新郎的舅舅与新娘二人对跳,新娘随舅舅变换位置,始终保持面相对。跳时,男以达比亚弹奏掰胯舞曲一遍,二人随曲对舞一遍后,新娘即可与新郎入新房,另一种是在自娱场合进行,亲属间不同辈份的人不能一起跳,亲属间男女不能一起跳,此外,可一人也可一男一女对跳,跳一遍或数遍均可。

#### 生育舞

本舞是在怒族举行婚礼的场合,由村寨中较有威望的男子作单人表演。跳时,舞者边弹生育舞曲边跳,一遍跳完即结束。

#### 寫得得

可在各种自娱性场合跳。舞者多为青年男女,上年纪的人偶尔也参加。跳时,男女各围半圈,或分成两横排相对,人数多少不拘。男、女按[窝得得]曲或齐唱,或男、女分开唱。整个过程男女舞者均做相同动作。

此舞可无限反复,跳至尽兴而止。

# 双人达比亚舞

可在各种自娱场合进行,但必须一男一女并肩舞动做相同动作。舞者对数多时,可视场地大小围圈或成纵队。围圈跳时,舞者如左肩对圆心,即按逆时针方向跳,反之则顺时针方向舞动。成纵队跳时,一般是向前跳一遍,再转身向后跳一遍,交替进行。舞曲自由反复,尽兴为止。

# 反弹达比亚舞

时间、地点不限。舞者不论男女,只要掌握反弹技巧者均可参舞,多为一人表演。此时,边弹[反弹达比亚舞曲]边跳,舞者可按"反弹达比亚舞"的套路表演,也可即兴发挥,自由组合动作。

# 《狩猎舞》《江边阳雀舞》《乌鸦喝水舞》《鸡刨食舞》

时间、地点、人数不限。可一人或多人跳,舞者人多时一般围成圆圈,顺、逆时针方向舞

动均可。跳时,可一曲多次反复,也可几曲交替进行。男、女舞者有达比亚和叽咪者,可弹、吹乐器边奏边舞,无乐器者双手随舞步自然摆动。

传 授 波益思、恒 山、普阿谈 丹益普、丹益付、丹益壳 波 三(以上均为怒族)

编 写 沙四益(怒族)、葛树蓉

绘 图 刘永根

资料提供 和品生

执行编辑 葛树蓉、梁力生

# (一) 概 述

"嘎"是怒族的古老舞种之一,流传在位于怒江峡谷中的福贡县匹河怒族乡。"嘎"在怒语中有"往下跺"的意思。舞蹈时,整个身体和动作力度往下,伴以膝关节的颤动,构成为动作的基本韵律。

跳嘎时没有音乐伴奏。

嘎的代表性节目有:祭猎神时跳的《香巴嘎》;为病人驱鬼逐邪时跳的《宇会嘎》;结婚迎亲时跳的《奎翮嘎》;举行婚礼时跳的《腊叉嘎》以及年节喜庆时跳的《霞夏嘎》等。

《香巴嘎》意为祭猎神,现已频临失传。据已故老人腊赳(卒于1992年)说。《香巴嘎》是在猎获到羚羊等较大的野兽时进行的祭祀舞。民国时期还跳,后渐停止活动,原因有两个,一是由于猎物渐减少,而寨中的居民不断增加。一旦跳《香巴嘎》,舞蹈的跺脚响声会引来众多的寨民,形成物少人多的局面,因此该舞也就逐渐不跳了。二是该舞只有在祭祀猎神时才能跳,其它场合禁跳,流传范围原就不广。现在除上年纪的老人幼时跳过或见过外,已无人会跳。可见特定环境的制约是该舞失传的重要因素;同时也反映了怒族从原始共有思想逐步萌生了私有观念的历史发展过程。跳《香巴嘎》舞时,要将猎取到的兽头砍下悬挂在房屋门正对的那面墙上,然后,由在场中人最受人尊敬者,走向悬挂的兽头,敬献上酒、鸡蛋和怒族妇女用的珠帽,项链、胸贝、耳环、手镯、挂包和最漂亮的麻布毯子。因为,在怒族的民间传说中,猎神是女性,象妇女一样喜爱穿戴打扮,祭献妇女用品可以取悦猎神,日后能多多赐予猎物。当献祭品仪式完毕后,众狩猎者和他们的家人,包括妇女便一起面对祭品跳《香巴嘎》。跳完后,才能将猎物分砍开来,全村寨每人一份,人人都有。

《香巴嘎》舞步较为简单,但从其前俯叩头的姿态看,与祭猎神的内容是极相符的。

《宇会嘎》为驱鬼的舞蹈。据怒族巫师波由讲:从前有一个人劳作回家后病倒了。据他说,在回家的路上见到过一个似人非人、似猴非猴的怪物,叽叽喳喳地叫着跳着舞。家人便请来巫师为他卜卦,巫师卜卦后,认为病人是碰上"鬼跳舞"邪气上身而得的病。这种鬼是非正常死亡者的亡魂。于是巫师找来了有倒勾刺的茅草,披在身上。这样,恶鬼来抓时就会割破手而不敢再来抓,更不敢上身。然后,他手持长刀起舞,四下驱赶附在病人身上的鬼和躲在家中的鬼。过后,病人逐渐好转。从此以后,当有人生了被认为是邪气上身的病时,都要请巫师来做驱邪活动和跳驱鬼舞。在这种情况下,只由巫师一个人跳,手中长刀无固定动作,随舞步在空中舞动,时而扛于肩头,时而提刀而舞,场地在病人室内。

另一种情况是遇上有非正常死亡者时,要在屋外停棺处和墓地跳。因为怒族认为不正常死亡者的邪气极盛,尸体和棺木不准抬入室内。跳时,也要请巫师持刀边跳边驱鬼。同时,在场的青壮年男子也要披上有倒勾刺的茅草,手拉手围着棺木和巫师一起跳《宇会嘎》。

该舞跳时只能由巫师和青壮年跳,妇女儿童不能跳,习俗认为妇女、儿童顶不住邪气, 会招致邪气上身甚至死亡。

《奎翮嘎》和《腊叉嘎》都是在举行婚礼时跳的舞蹈,不同的是《奎翮嘎》是在男方到女方家迎亲时跳,《腊叉嘎》则在男方家中正式举行婚礼时跳。《腊叉嘎》也称"夷雄叫奎嘎","夷雄"即"竹筒","叫奎"是跺的意思,"夷雄叫奎嘎"意为"跺竹筒"。迎亲之日,是怒族婚礼中最为热闹的场面。按怒族的习俗,举行婚礼的当天,要由男方派人到女家迎娶新娘。当迎亲的队伍到达女家时,女方的亲朋便把门关上不准迎亲的人进入。这时,便要先进行对歌,由男女双方请来的歌手对唱。歌词大意为:

女方:尊贵的客人,你们来做什么? 男方:尊敬的主人,我们来要小猪; 女方:尊贵的客人,我家没有猪儿; 男方:尊敬的主人,对多婆说说有; 男方:尊敬的主人,那是阿婆乱讲; 男方:尊敬的主人,那婆虽不怕冷; 男方:尊敬的主人,我家小猪舍已, 对方:尊敬的主人,就心猪舍, 对方:尊敬的主人,就会很快养胖; 女方:尊贵的客人,我家只有她, 女方:尊敬的主人,来年下崽你来抱; 女方:尊贵的客人,那就进来带走;

男方:尊敬的主人,谢谢罗感谢罗。

这时房门才打开,女方的亲朋手捧酒杯站在门口向前来迎亲的每一个敬酒三杯后,请客人进屋。迎亲的人们就开始在屋内跳《奎翮嘎》。新娘和新郎便坐在新娘的父母身边,聆听长辈的教诲。跳完迎亲舞即表明新娘已成为新郎的人,可由迎亲的队伍迎娶上路了。

于是女方送亲的队伍就背上嫁妆,与男方的迎亲队伍一起离开女家。新娘则由一个同龄女子陪伴,以红色薄布蒙面走向新的家。途中,女方陪送新娘的队伍和男方迎亲的队伍要再次同跳《奎翮嘎》。在舞蹈进行中,常会出现双方亲友男女双双喝"同心酒"的情形,这表示双方已结成了亲朋,互相尊重,永不分离,为舞蹈增添了情趣。

到了男家后,来庆贺婚礼的人们中,年长者多围坐在火塘边吟唱着怒族古老的民歌, 男女青年则拉手围圈,围绕着屋里的中柱边歌边舞《腊叉嘎》,当舞至高潮时,亲朋们将竹筒投入舞场中央,人们就会边跳边争着去跺踩竹筒。竹筒被跺烂或跺碎,则表示婚礼隆重, 反之认为女方对这门婚事不满意。另外,人们认为婚礼中跺踩竹筒是吉祥的事物,是对新人的祝福,因此人们都争着去跺踩竹筒,意为共同分享吉祥和幸福。跳过《腊叉嘎》即表示人们承认了这对男女新建立的配偶关系。

# (二) 音 乐

传授 拉 恩(怒族)、俅久胡(怒族) 记谱 李卫才(怒族)、沙四益(怒族)

# 腊叉嘎

1 = bE 中速

 $\frac{2}{4}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{1}{5}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{1}{15}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{2}{2}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{1}{1}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{$ 

 $\frac{3}{4}$   $\frac{\dot{2}}{2}$   $\frac{\dot{5}}{5}$   $\frac{\dot{5}}{4}$   $\frac{\dot{6}}{6}$   $\frac{\dot{5}}{4}$   $\frac{\dot{6}}{6}$   $\frac{\dot{2}}{4}$   $\frac{\dot{2}}{2}$   $\frac{\dot{2}}{4}$   $\frac{\dot{2}}{2}$   $\frac{\dot{3}}{4}$   $\frac{\dot{2}}{1}$   $\frac{\dot{5}}{1}$   $\frac{\dot{2}}{4}$   $\frac{\dot{2}}{2}$   $\frac{\dot{3}}{4}$   $\frac{\dot{2}}{1}$   $\frac{\dot{5}}{1}$   $\frac{\dot{5}}{4}$   $\frac{\dot{5$ 

 3
 65
 2
 1
 2
 1
 2
 1
 2
 1
 2
 1
 1
 65
 3
 2
 5
 2
 1

 有心人(哟)。
 养个儿子
 真不易(哟)
 养个女儿
 不简单(罗)。

 往回蹦(罗)。
 明后两天
 再相见(罗),明后两年
 再相聚(哟)。

 3
 6 i
 5
 1
 2
 5
 i
 6 5
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 1
 2
 2
 2
 1
 2
 2
 2
 1
 2
 2
 2
 1
 2
 2
 2
 2
 1
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2</t

 2
 4
 5
 i
 6
 5
 4
 6
 2
 2
 1
 1

 熟好的酒
 就喝了(吧)。

 都要活到
 头发白(吧)。

# (三) 造型、服饰、道具

造型



1722 男舞者



女舞者



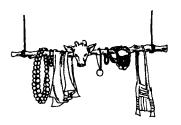
祭师

#### 服饰

- 1. 祭师 同《达比亚舞》中的男舞者,包头为黑色。披戴茅草衣帽(参见"祭师造型图")。
  - 2. 男、女舞者 同《达比亚舞》中的男、女舞者。

#### 道 具

- 1. 祭品
- 2. 长刀 式样参见"统一图"。长约 80 至 100 厘米,刀 柄上缠红藤。
  - 3. 酒杯 粗竹筒制作,直径约5厘米,高约10厘米。
- 4. 竹简 怒族人民日常生活中盛水用的竹筒,长短、粗细不一(见"统一图")。



悬挂的祭品

# (四)动作说明

#### 基本动作

1. 重心移动步

准备 站"大八字步",与左右舞者相互"扣手"(见"统一图")。

第一拍 重心移至右腿,双手随之向右移,同时双脚踮起,随即以脚跟轻跺地,双膝顺势小幅度屈伸一下。

第二拍 做第一拍的对称动作。

提示:做此动作要稳而有力。

2. 抬踢脚步

准备 站"小八字步",与左右舞者相互"拉手"(见"统一图")。

第一拍 左脚上一小步轻跺地,膝顺势颤一下。同时右腿微屈膝带悠劲前踢 45 度,双 手向上甩起至平肩,上身随之稍后仰。

第二拍 右脚落回原位,膝顺势颤一下;同时左腿勾脚自然提起,双手向下甩,上身随之微前俯。

第三~四拍 同第一至第二拍。

提示:在舞蹈开始或结束时做此动作,要速度稍快,幅度较大。

3. 单脚一跺步

做法 左(或右)腿屈膝勾脚上提,随即往下重跺地,顺势快速提起,接下一动作。

提示: 脚跺地的位置根据所要衔接的动作灵活掌握。

4. 单脚两跺步

做法 在"单脚一跺步"的基础上再跺地一次。

5. 双脚一跺步

做法 单脚起跳,双脚同时猛力跺地,双膝顺势微颤下压。在强拍完成。

6. 双脚两跺步

做法 做"双脚一跺步"后,接做一次双起双落的跺步。双脚跳起的高度随舞蹈进行的 速度而定。两次跺地都要压在强拍上。

#### 组合动作

1. 香巴嘎

准备 众舞者面对祭品(象征猎神)成一横排站"大八字步"相互"拉手"。

第一~四拍 做"重心移动步"两次(重心先向右移)。

第五拍 右脚上一步,左脚自然提起。

第六拍 左脚做"单脚一跺步"。

第七~八拍 左脚上步、右脚跟上成"正步"向"猎神"(祭品)鞠躬一次。

第九拍 左脚上一步,右脚自然提起。

第十拍 右脚做"单脚一跺步"。

第十一~十二拍 向"猎神"鞠躬一次。

第十三~十六拍 做"重心移动步"两次(重心先向左移)。

第十七拍 右脚退一步,左脚自然提起。

第十八拍 左脚做"单脚一跺步"。

第十九~二十拍 向"猎神"鞠躬一次。

第二十一拍 左脚退一步,右脚自然提起。

第二十二拍 右脚做"单脚一跺步"。

第二十三~二十四拍 向"猎神"鞠躬一次。

第二十五~二十八拍 做"重心移动步"(重心先向右移)。

第二十九~三十拍 右脚起向前上两步。

第三十一~三十二拍 右脚做"单脚两跺步"。

第三十三~三十六拍 站"正步"向"猎神"鞠躬两次。

第三十七~四十拍 做"重心移动步"(重心先向左移)。

第四十一~四十二拍 左脚起向后退两步。

第四十三~四十四拍 左脚做"单脚两跺步"。

第四十五~四十八拍 站"正步"向"猎神"鞠躬两次。

#### 2. 字会嘎

准备 众舞者围圈站"小八字步",相互"拉手"。

第一~四拍 做"抬踢腿步"。

第五拍 左脚在左旁踏地,膝顺势颤一下,同时右脚自然提起。

第六拍 做第五拍的对称动作。

第七拍 快一倍做第五至六拍动作。

第八拍 左脚在左旁跺地,同时身体转向右前方。

第九~十拍 提右脚做"单脚两跺步",第十拍的后半拍时身体转回原位。

第十一~十六拍 反复第五至十拍动作。

第十七~二十拍 左脚往左一步踏地,顺势做"重心移动步"。

第二十一~一〇〇拍 反复第一至二十拍的动作四遍。第四遍的最后一拍时,全体顺重心右移之势右转身半圈,成背对圆心。

第一〇一~二〇〇 动作同第一至一〇〇拍。最后一拍时,全体顺重心右移之势右转身半圈,成面对圆心。

第二〇一~二二〇拍 同第一至二十拍。

第二二一拍 左脚往左前上步踏地,身体转向左前方,同时右脚自然提起,上身随之 微前俯。

第二二二拍 右脚撤向右后踏地,同时左脚提起,上身直立。

第二二三拍 左脚向左前跺地做"单脚一跺步",身体向右后微倾。

第二二四~二二六拍 同第二二一至二二三拍。

第二二七~二二八的前半拍 左脚朝前跺地做"单脚两跺步"(动作加快一倍),身体转向右前,上身向右稍倾。随即右脚踮起颤一下的同时向左碾动,身体转向左前方。

第二二八的后半拍~二二九的前半拍 左脚向后做"单脚两跺步",上身顺势向右稍倾。

第二二九后半拍 右脚踮起颤一下的同时向右碾转四分之一圈,左脚自然提起。

第二三〇拍 左脚向前做"单脚一跺步",上身稍向右倾。

第二三一拍 左脚向后做"单脚一跺步",身体转向左前,向右稍倾。

#### 3. 奎翮嘎

准备 众舞者围成圆圈,面对圆心,左手拿酒杯端于胸前,右手自然下垂。

第一拍 上左脚屈膝稍俯身,同时右小腿后抬 45 度。

第二拍 右脚向后踏地稍屈膝,同时左腿屈膝前抬45度。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五拍 左脚往左踏地的同时身体转向左前方,右脚自然提起。

第六拍 做第五拍的对称动作。

第七拍 左脚往左旁跺地腿屈膝,上身随之微向右倾。

第八~十拍 同第五至七拍。

第十一~十二拍 左脚向左跺地做"单脚两跺步"。

第十三拍 快一倍做第五至六拍的动作。

第十四~十五拍 同第十一至十二拍。

第十六~十七拍 同第五至六拍。

第十八~二十一拍 做两次第十一至十二拍的动作(左脚向右跺地), 图 一同时向右转一圈,上身微前俯,右脚自然提起,眼视右下方(见图一)。

第二十二~二十三拍 左脚向左跺地做"单脚两跺步"。

第二十四~二十五拍 右脚往右跺地做"单脚两跺步"。

第二十六拍 左脚向左踏地,同时右脚自然提起。

第二十七拍 前半拍,右脚往右踏地,同时左脚自然提起。后半拍,做前半拍的对称动作。

第二十八拍 右脚往右跺地做"单脚一跺步"。

第二十九~五十六拍 右脚先起,做第一至二十八拍的对称动作。

4. 腊叉嘎

准备 众舞者围成圈,面对圆心站"小八字步",相互"拉手"。

动作一

第一~三拍 右脚起往右横走三步,双膝随步伐微屈伸,上身稍摆动。

第四拍 左脚落地的同时,双腿屈膝,身体向右稍拧。

第五拍 双腿伸直的同时,左脚自然提起,身体转回原位。

第六~十拍 做第一至五拍的对称动作,仍往右行进。

动作二

第一~二拍 提右脚做"单脚两跺步"(上前跺舞场中放置的竹筒)。

第三~六拍 做"抬踢腿步"的对称动作。边做边后退,将圆圈拉开。

第七~八拍 右脚起向前快速小跑四步。

第九~十拍 右脚顺势做"单脚两跺步"。

第十一~十四拍 右脚起后退做第七至十拍的动作。

第十五拍 右脚起向前快速小跑两步顺势跳起。

第十六拍 做"双脚一跺步"。

第十七~十八拍 后退做第十五至十六拍的动作。

第十九~二十拍 右脚起向前快速小跑四步顺势跳起。



第二十一~二十二拍 做"双脚两跺步"。

第二十三~二十六拍 后退做第十九至二十二拍的动作。

提示:以上动作可反复做若干次,每次反复均从第三拍("抬踢腿步")开始。

#### 5. 霞夏嘎

准备 众舞者围成圈,面对圆心站"小八字步",两手自然下垂。

第一拍 右脚往右踏地,膝顺势微颤,同时左脚自然提起。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 加快一倍做第一至二拍的动作。

第四拍 同第一拍。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九拍 前半拍,右脚往前跺地,左腿顺势稍屈膝微颤,同时身体左转四分之一圈,眼视前下方。后半拍,左腿伸直踮脚向右碾转半圈,上身随之右倾,右脚自然提起。

第十拍 前半拍,右脚向后跺地,左腿顺势稍屈膝微颤,身体右转四分之一圈。后半拍右腿屈膝稍提,左腿伸直踮脚向左碾转半圈,上身随之左倾(见图二)。



图二

第十一拍 右脚跺地做"单脚两跺步",同时左脚向右碾转半圈,上身顺势右倾。

第十二~十三拍 右脚向后做"单脚两跺步",上身保持右倾。

第十四拍 右脚向前做"单脚一跺步",向左转身半圈,上身顺势左倾。

第十五拍 右脚向右踏地,同时身体转回原位。

第十六~二十二拍 做第九至十五拍的对称动作。

第二十三拍 快一倍做"双脚两跺步"的同时身体转向左前方,上身随之向左倾。

第二十四拍 双脚跺地,右脚自然提起,左脚顺势略颠跳一下。

第二十五拍 同第二十三拍。

第二十六拍 做第二十四拍的动作,颠跳时顺势向右转半圈。

第二十七~三十拍 上身向左倾,后退做第二十三至二十六拍的动作,眼视前方。

第三十一~三十二拍 同第十四至第十五拍。

第三十三~四十二拍 做第二十三至三十二拍的对称动作。

第四十三~五十拍 后退做第一至八拍的动作。

提示:做以上动作时,始终眼看前方。

# (五) 跳 法 说 明

### 香巴嘎

当进山的狩猎者猎获到较大的野兽时,便一路吹响牛角号将喜讯传出。家人听到号声即知狩猎成功,便在狩猎者之一的家中准备迎接狩猎者和祭猎神的事项。这时,人们要先清扫屋内,以示吉祥和洁净。清扫时必须从门口往屋内(怒族认为,如果从屋内向外扫地,尘土会呛跑猎神,是对猎神的不敬,会因此得罪猎神而不再受到护佑)。做好准备工作后,狩猎队伍一到,即先将猎到的兽头砍下,把兽头和女衣物、饰品、毯子一齐挂置于正对房门的墙的中央(兽头挂至中间,其它用品挂至两边),众人即站一横排(人多时要排二或三排),面对祭品跳起《香巴嘎》。舞蹈无音乐伴奏,队形始终不变,气氛庄严肃穆,舞完一遍即止,尔后开始分割猎物。

### 宇会嘎

本舞分别在屋内和屋外或墓地两种场合进行。在室内跳时,仅由巫师一人,为患病者驱除"恶鬼",巫师手持长刀,随意舞动,时间自由掌握。舞时,时而口中发出牛叫声,意为用牛顶跑"恶鬼",时而用酒喷洒患病者。在室外或墓地跳时,由巫师(▼)一人、男性青壮年(□)若干人围绕死者棺木(□)而舞。

舞时无伴奏,场地气氛肃穆。青壮年围圈"拉手",面对棺木,巫师站在圈内右手持长刀自然挥动,意为驱逐恶鬼。第一至二十拍,众人原地跳动;第二十一至一〇〇拍,围圈之人从中分成两队边跳边变队形(见"调度图一"),全体成面向外;第一〇一至一二〇拍,面对圈外舞动;第一二一至二〇〇拍,众人边跳边变换队形(见"调度图二")成面对棺木,直至舞终。



调度图二

### 奎翮嘎

在婚礼日,当男方迎娶新娘到达女方家时,在新娘家中跳第一次,参与者均为男方亲友;第二次在迎娶到新娘返回的途中跳,参舞者为男方迎亲队伍和女方送亲队伍。跳时,男女围圈,有酒杯者可手持酒杯,一边舞蹈一边喝"同心酒",即:两人相互搂肩,嘴挨嘴同喝一杯酒。

### 腊叉嘎

于婚礼喜庆日在男方家中进行,新娘、新郎和在场的亲朋好友都可同跳。

跳时,围圈"拉手",逆时针方向舞动。做"动作一"时边歌边舞,动作幅度不要太大,反复进行。歌即将唱完时,亲友将预先准备的竹筒投入舞场中。歌毕,众舞者接做"动作二",动作大、力度强。舞动着上前抢跺竹筒,气氛更为热烈。

"动作二"可反复做。第二遍起从"抬踢腿步"开始;做"抬踢腿步"和"双脚两跺步"时, 众人边跳边发出"修"的叫声(一拍一次),直到将竹筒跺碎,尽兴为止。

### 霞夏嘎

在年节喜庆时跳。跳时,场地、人数不限,男女舞者围圈,顺、逆时针方向均可跳动。如 反复跳时,每次反复均从第九拍动作做起。

> 传 授 腊 赳(怒族)、富金益(怒族) 波 三(怒族)

编 写 沙四益(怒族)、葛树蓉

绘 图 刘永根

资料提供 和品生(怒族)

执行编辑 葛树蓉、梁力生

# 合 盘 兀

# (一) 概 述

"合盘兀",是怒族宴请宾客上菜时跳的舞蹈,流传在兰坪县兔峨乡。

怒族人民热情好客,重视礼仪。家中遇有大事,常邀请亲朋好友和众乡亲聚集到家,举行宴会。为了显示事情之隆重,以及对来客的尊敬,设宴时,要特请两名男子负责上菜,并表演合盘兀。舞者先用锅底灰在脸上画出滑稽可笑的脸谱。宴会开始,厨师在厨房敲声锣,以示出菜。上菜者(后随另一表演者)端着菜盘高喊一声"顺路"(让路之意),从厨房跳往设席的房里,或院中临时为宴会而搭的彩棚内。上第一、二、三桌(长者和贵宾席)菜时,舞者均要进行认真的反复表演,以后各桌,动作可以简化,稍作舞动。原因是次数多了,表演者受不了;其次也是怕客人等得太久。所上的菜,办喜事时上"八大碗"。"八大碗",在兰坪各民族的观念里,认为是体面、排场,也能表示对客人的盛情,因此必须要凑足。否则,就会让人耻笑,主人家也将会因此而感到脸上无光。办丧事则只上"六大碗"即使主人家再富有也不能例外。原因是:多出一碗,就意味着"压死者",是对死者的不敬和冒犯。

该舞在兰坪怒族居住区普遍盛行,但能熟练掌握此舞技能,并得心应手地表演的,一村当中往往仅为个别人。因为,该舞属表演性的礼仪舞,舞中既有固定的程式套路,也有即兴发挥的幽默风趣的表演,又有带技巧性的"惊险"动作。所以,表演者必须具备熟练的技能。若表演时不慎出现闪失,主人家就会不高兴,认为是不祥的兆头,表演者也将会因此而失面子。

# (二) 造型、服饰、道具

#### 造型



舞者

# 服 饰(除附图外,均见"统一图")

蓝布包头。用锅底灰在额头至两耳画一弧线,鼻梁上画一竖,上唇画一八字胡。上穿蓝色对襟上衣,下穿蓝色大裆裤,尖口布鞋。



头饰与脸谱

#### 道具

托盘 木制,长70厘米,宽34厘米,厚7厘米。盘内装八大碗菜肴。



托 盘

# (三) 动作说明

托盘的执法 右手中指、无名指拳起,其余三指叉开顶住托盘(见图一)。

动作一

准备 将托盘执于右肩前(见"舞者造型图")。

第一拍 右脚横移一步,同时左转四分之一圈, 左脚随之自然离地。

第二拍 左脚在右脚旁跺地,双膝顺势屈伸一下。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

动作二

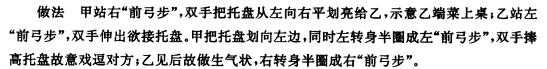
第一拍 右脚退一步,同时左腿稍前踢。

第二拍 左脚擦地收成左"虚丁步"。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

动作三

准备 甲左乙右半步距同向站立,甲双手捧托盘。



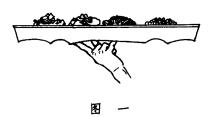
动作四

准备 同"动作三"的准备。

做法 甲左手托盘,双腿并拢踮脚,然后右脚旁迈成右"旁弓步",双手捧托盘送给乙, 乙站左"前弓步",双手端起盘中的一碗菜肴。

# (四) 跳 法 说 明

此舞由两名男子在宴请客人时表演。先由一男子(甲)手托盛满佳肴的托盘,走"圆场步"来到宴席场上,面对客人们做"动作一"、"动作二",然后,首先至年长者和最尊贵的客人桌旁,走"圆场步"绕桌一圈。同时,另一男子(乙)上场,尾随甲绕桌一圈。接着,二人做"动作三"两遍;再做"动作四"数遍,每做一遍,乙就端起盘中一碗菜放至桌上。然后再到别桌,重复上述动作上菜。



舞蹈无音乐伴奏。表演过程中,甲、乙二人尽量在托盘、或其它的动作上发挥自己的技能,取悦宾客,间或相互诙谐地嬉戏、逗趣,以活跃宴席场上的气氛,表达主人的盛情。

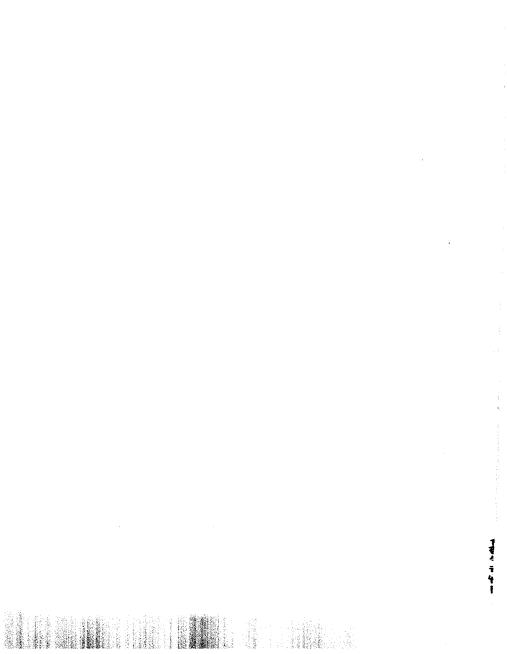
传 授 欧元发(怒族)、李三能(怒族)

编 写 李松发(白族)、葛树蓉

绘 图雷莹

资料提供 和正荣、和佳才

执行编辑 葛树蓉、梁力生



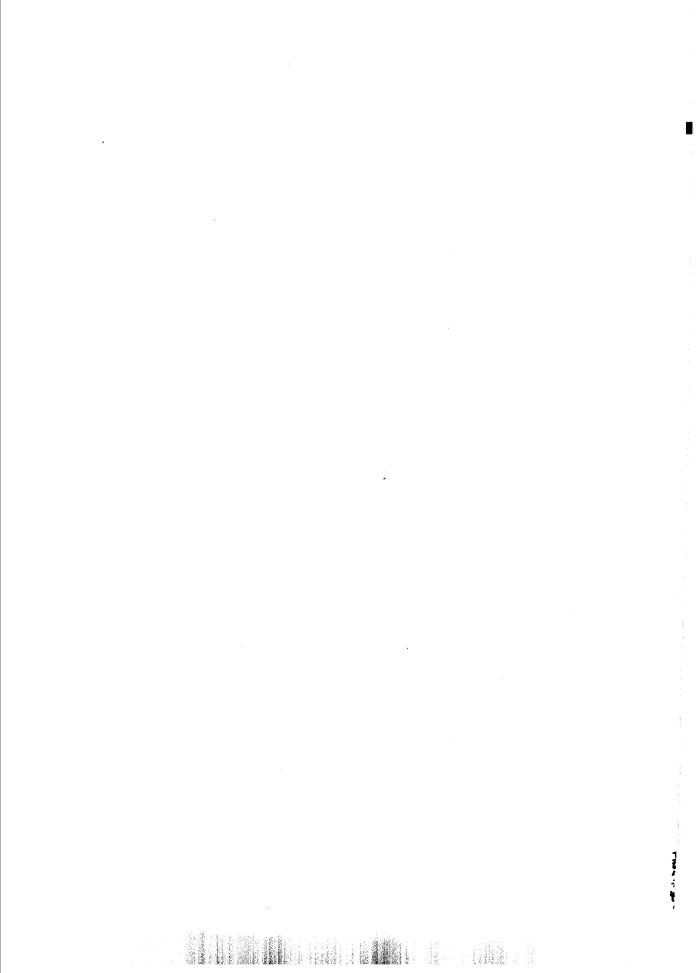
# 阿昌族舞蹈

主 编 杨忠德(德昂族)

副 主 编 林敬华

编 辑 旺 吞(傣族)

责任编辑 廖大昆



# 阿昌族民间舞蹈概况

阿昌族主要聚居在云南省德宏傣族景颇族自治州陇川县户撒乡和梁河县的囊宋、九保等乡;潞西县、腾冲县和大理白族自治州的云龙县有少量分布。多与傣族、汉族杂居,少数与佤族和白族杂居。

阿昌族的族源,有"东来说"、"北来说"、"西来说"、"内地来说"等多种说法。从语言语系及民族迁徙活动进行研究,"北来说"、"东来说"较为合理。阿昌族最早系活动在青海、甘肃高原的氐羌氏族,其中一部分在先秦时就迁徙于川西至滇西一带。唐南诏"西开寻传"中的"寻传蛮",是阿昌族和景颇族先民的总称。宋、元时代已进入部落联盟阶段,开始出现"阿昌"(音同字不同)这个统一的名称。据元代史书记载,阿昌族是"金齿"区域的八种民族之一,古代汉文史书多写作"峨昌"、"蛾昌"、"莪昌"或"萼昌"。约于公元十三世纪开始有一部分沿云龙、保山、腾冲等地迁徙,最后定居于梁河、陇川、潞西等地区。因居地不同,有不同的自称和他称,梁河一带自称"峨昌"或"汉撒"、"哈藏",陇川户撒地区又自称"蒙撒弹"、"蒙撒"、"衬撒"。现在统称"阿昌"。

阿昌族没有文字。语言属汉藏语系藏缅语族的彝语支,主要有户撒和梁河两种方言。绝大多数阿昌人都通汉语、傣语和景颇语。一般都使用汉文或傣文。

阿昌族多与当地的傣族、汉族和景颇族交往频繁,不仅在政治、经济、文化和生产生活习惯、宗教信仰、节日活动、社会制度等方面有着相互交流和影响,而且在音乐、舞蹈和民间文学等文学艺术方面亦有着相互交流和影响。

由于与汉族、傣族等的频繁交往,促进了阿昌族的社会发展,并较早地进入了封建地主经济阶段。在土司统治下,阿昌族残存的原始农村公社及村社议事会等组织形式,变为土司统治的基层组织"撮"(相当于区)。撮下设"单",每单由一较大的村寨或数个较小的村寨组成。撮有"岳尊",单有"头人",岳尊由土司委派,多为汉人不世袭。头人由各村寨乡老们议定,呈报土司署备案。阿昌族的每个村寨,对土司都负有固定的义务,如弄坵为"胭粉

庄",专供土司小姐、夫人的脂粉;长寨专管吹长号;瓦窑寨是吹唢呐的村子。头人的职责是下达司署命令,为土司催收各种粮款杂派,处理撮和单范围内的日常公共事务,成为土司制度下的基层统治者。

阿昌族居住的地区,属高黎贡山南向伸展余脉之间的山谷小坝或半山区,自然条件十分优越。最宜生长茶叶、小粒咖啡、攀枝花、甘蔗、砂仁等经济作物。很早以前,阿昌人便已经学会了制铁器,制铁手工业很发达,"阿昌刀"在云南各民族及东南亚不少国家中都享有盛名。景颇等民族跳的"刀舞",即用阿昌刀。阿昌族的手工业制品门类也多,如银饰、刀壳、耳筒、盘子等,这些器物上所刻花纹都很精美。

阿昌族的房屋建筑,大都是三房一壁或小四合院。正房堂屋设有神龛和火塘,还备有接待贵宾的床铺。两边的厢房,一般都作为厨房和仓库。

男女婚前恋爱自由,"串姑娘"、"对歌"是他们较为盛行的一种谈情说爱形式。缔结婚姻往往需由父母决定。阿昌族主要实行民族内婚,少数有与傣、汉各族通婚的,子女从母姓,赘婿从妻姓。同姓不得通婚。过去有"拉婚"、"抢婚"现象。阿昌族的婚礼仪式繁缛,如梁河的阿昌族,新娘在天黑时来到寨边,要燃起一堆火,并组织一伙姑娘到火堆前,向新郎撒沙子、泼冷水,边撒边问话。第二日清晨回娘家,要点"齐心灯",和表兄弟"吃鸡汤饭",第三日清晨再回婆家,在寨内水井旁,背上用稻草扎制的男孩,用浓墨在新娘脸上抹几道胡须,挑上一担一头是半桶水,一头是干柴回娘家。

阿昌族通常是一夫一妻制的父系小家庭。年长的儿子婚后或生育子女后分家,幼子继承老家。 赘婿和养子都可以继承家产。 寡妇可以再嫁,但较普遍实行夫兄弟婚的转房制。

陇川户撒的阿昌族信奉小乘佛教已有五百多年历史,因此,几乎村村寨寨都建有奘寺。梁河等其它地区的阿昌族则仍然信仰原始宗教,主要是鬼魂崇拜和祖先崇拜。认为鬼神有善恶之分,善鬼被人们供养于家堂、仓房或村庙中,寨神和猎神供于村边的大树下。每年都要耍几次狮子舞,俗信狮子是"狼神",可以驱赶牛瘟。遭难时必须请祭师"话袍"卜卦祭送。还有的认为,人有三魂,死人的三魂必须分别安顿在家堂、坟墓和送回过去的老家。清明节要献坟,农历七月要送冥钱纸包。

人死实行棺木土葬,请祭师"侏尸袍埃"送一魂回老家。户撒一带则请佛爷念经致赕,以"引度死者的灵魂到达天国"。

阿昌族由于居住地的不同,节日也略有不同。陇川户撒地区大的传统节日是"会街"节(又称熬露节),小的有泼水节、开门节和关门节。梁河及其他地区的阿昌族节日主要是春节期间的"窝罗"节和尝新节。其中会街节、窝罗节期间的歌舞活动较为降重。

阿昌族有本民族丰富多采的文学艺术。他们既有独具特点的叙事长诗《遮米玛与遮帕麻》,也有数量较多且形式多样的歌谣、神话、传说、故事和寓言,从不同的角度,反映了阿昌族人民的智慧和才能。

阿昌族的管弦乐器有洞箫、三弦、葫芦笙、竹琴等;打击乐器有象脚鼓、铓、镲、锣、 磬等。

阿昌族的民间舞蹈,经反复普查,主要有"蹬窝罗"、"青龙白象舞"和"象脚鼓舞"等三大舞种。其他还有趣味性较浓的表演唱"使春牛",以及祭祀性舞蹈"跳柳神"。这些舞蹈是阿昌族人民在长期的生产、生活实践中的智慧结晶,并以丰富的内容,多样的形式和独特的风格代代相传,成为阿昌族人民不可缺少的精神食粮。

(执笔:杨忠德)

# 避 窝 罗

#### 

"蹬窝罗"主要流传于德宏傣族景颇族自治州梁河县的关璋、弄丘、弄别、丙界、永合、横格、勐科、别董、弯中、英傣等阿昌族村寨及保山地区腾冲县新华乡的梅子坪、菖蒲河、中心大坡等地。主要在每年农历正月初四日"窝罗节"中活动。

传说,开天辟地的女神遮帕麻和男神遮米玛编好了天,织好了地,又共同创造了人类。一天,暴风雨突然席卷了整个大地,洪水淹没了所有村庄。遮米玛连忙用原来从大地上抽下的三根地线,缝好了东西北三边的天。南边的天无线可缝,暴风雨还在不停的倾泻。遮帕麻和遮米玛商议后,决定在拉涅旦造一座南天门,挡住了南边的风雨,南边的人们免遭洪水的袭击。这场狂风和闪电孕育了一个最大的火神和旱神腊旬,降到了大地的中央。他在天上制造了一个不会升也不会落的假太阳,烤干了水塘,晒枯了花草树叶,人们又遭到了干旱的劫难。为了拯救大地和人类,遮帕麻用法术战胜了腊旬,用"鬼见愁"把他毒死,又用自制的巨大的弓和箭射落了假太阳,人类才又获得了新生。此后,为了防止天地间再出现妖魔,他们向人类祝福一声后,便于农历正月初四日飞上了天空。遮米玛骑上太阳,白天巡视着大地;遮帕麻骑上月亮,晚上巡视着太空。

遮米玛和遮帕麻上天的当天,人们就地把遮帕麻留下的弓和箭架得高高的,跳了三天三夜的舞,唱了三天三夜的歌,以此感激他们挽救人类的大恩大德。从此,这一天就成了"窝罗节"(窝罗有欢乐之意)跳的舞就演变成为现在的蹬窝罗。

跳蹬窝罗时始终围绕着"窝罗"(即设供品的台场)的中心进行。台场由两块高约6米的牌坊和4米见方的台座组成。牌坊顶端中间高高地架着一把巨大的满弦的弓箭(木制),意为始祖遮米玛用这把神箭射落了妖魔腊旬的假太阳。左牌坊顶端绘着光芒四射的太阳,1740

右牌坊顶端绘着蓝天皎月,意为遮米玛撕下了自己的乳房嵌在天幕上,创造了太阳和月亮,所以男子从此就没有乳房了。太阳下面绘着阿昌族妇女服饰的各种彩色图案,意为遮帕麻给阿昌人民编织的龙衣凤裙。神箭的箭头,还标志着阿昌族妇女那一尺五寸高的包头。

跳蹬窝罗人数不限,男女老少均可参加,围成圆圈,由一个能歌善舞的"烧干"(艺人)领头,众人尾随其后,逆时针方向而舞。并有人扮的狮子、老虎、水牛、鹭鸶等伴随。

圆圈里摆一张桌子,桌上放着各种食品,桌子两旁烧起一堆柴火或放一盏灯,以象征太阳和月亮。舞蹈进行中,边唱着"则勒扎"、"则勒玛"边跳着蹬窝罗,并把一碟碟佳肴果品献于窝罗台上。所有这些都从一个侧面反映了梁河、腾冲阿昌族对神的崇拜,祖先的怀念和纪念。

现在,阿昌族人民已不限于窝罗节时才跳蹬窝罗,凡讨亲嫁女,起房盖屋甚至于丧葬白事时也跳。只要听到"烧干"跳"蹬窝罗"的喊声,人们便聚集到窝罗场(广场上)或屋前及室内围圈而舞,也借以教育子孙后代牢记先辈的恩德,老老实实地做人。

腾冲的蹬窝罗与梁河大体相同。因他们的祖先是从梁河县迁入腾冲县的,由于人数较少又长期与汉族杂居,现已没有自己的语言和文字,然而蹬窝罗仍然保留,意为"跳欢乐"。 其间也存在某些地方特点的差异,腾冲蹬窝罗无伴奏乐器,伴唱曲调多用鼻音,舞蹈以双手叉腰,双腿以大八字步或半蹲居多,每进行一次,即仰望天空一次,动作质朴、简练、粗犷,稳沉有力。梁河县蹬窝罗,伴奏乐器有唢呐、大号、大鼓、铓锣、大钹、小钹等。

# (二) 音 乐

传授 赵安贤 记谱 龚家铭(傣族)

# 则勒扎・把套昆

1 = \*F 慢速 自由地

 2 i i · 666
 3 6 i 666
 4 6 i 666
 4 6 i 666
 4 6 i 666
 6 6 666
 1 1 1 6 6 666
 1 2 6 6 666
 1 3 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6 666
 1 4 6 i 6 6

说明:1. 歌曲名称为阿昌语,"则勒"意为"山歌","扎"意为"小",即"用小嗓唱的山歌";"把套昆"意为"惊动调";因歌词中有"快邀小伴来候承"句,故此曲又称《候承调》。 2. 此曲除演唱外,尚有唢呐、鼓、铓、大钹、小钹等伴奏,唢呐按谱吹奏,打击乐器组合形式及基本节奏型如下:

其中大钹谱中  $X_{s}$ 的击法是:先击音头,而后用右钹搓击左钹。以下乐曲凡遇  $\frac{2}{4}$  拍均按上例第一小节敲击;遇  $\frac{3}{4}$  节拍时,则按上例第二小节敲击。

### 则勒扎·把松昆

说明: 歌曲名称为阿昌语,"把"意为"好看","松"是"袖子";"把松昆"即"美丽的袖子",亦有抛动袖子之意。

# 则勒玛·窝罗

说明: 歌曲名称为阿昌语,"玛"是"大"的意思,"则勒玛"即"用大嗓唱的山歌"; "窝罗"是衬字,以此命名的歌舞名。

# 蹬 窝 罗

1=F 中速

 $\frac{2}{4} \stackrel{3}{6} - \frac{3}{7} \left| \frac{3}{4} \frac{1 \cdot 1}{1 \cdot 1} \right| 1 \cdot \frac{3}{7} \left| \frac{6}{7} \cdot \frac{1}{7} \cdot \frac{1$ 

$$\frac{2}{4}$$
 6  $-\frac{3}{7}$   $\left| \frac{3}{4}$  1 1 1  $\frac{3}{7}$   $\left| \frac{6}{7} \right| \frac{1}{7}$  6  $-\frac{3}{7}$   $\left| \frac{1}{1}$  1.  $\frac{3}{7}$  6  $-\frac{3}{7}$ 

说明:1. 此曲流传于腾冲一带;2. 该曲由舞者用鼻音边哼边唱边舞,不用乐器伴奏。

# (三) 造型、服饰、道具

#### 造 型



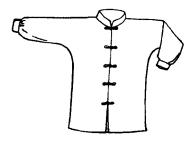
男舞者



女舞者

# 服 饰(除附图外,均见"统一图")

- 1. 男舞者 缠黑色包头,穿蓝色或白色的立领紧袖对襟上衣、黑色扭裆裤,扎红或蓝色缀银泡腰带,缠黑色绑腿,有鞋穿鞋,无鞋赤脚。
- 2. 女舞者 头裹高约 23 厘米、下圆上扁的黑色包头,戴耳环或耳坠,穿浅蓝或白色对襟紧袖短衣、黑色简裙,腰系黑色小围腰,有鞋穿鞋,无鞋赤脚。

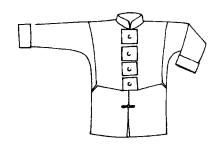


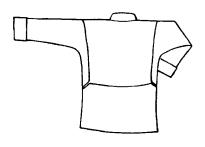
男上衣



女头饰(侧面)







女头饰(背面)

女上衣(正面)

女上衣(背面)

### 道具

方桌 木制,桌面为1米见方。

# (四)动作说明

#### 梁河县蹬窝罗的基本动作

1. 自由步

准备 双手叉腰,自然站立。

第一拍 右脚向右迈一步,双腿屈膝顺势向左稍顶胯,左脚跟随之稍离地,上身左拧 微右倾,眼视左前方(见图一)。

第二拍 左脚跟落地的同时右腿屈膝勾脚旁抬,顺势左转半圈。

第三拍 右脚落于右旁,成"马步",眼视前方。

第四~六拍 做第一至三拍的对称动作。

2. 麻雀步

第一~二拍 双手叉腰,右前脚掌于左脚前左、右各点地一下,同时左脚跟原位踮动两次。

第三拍 右勾脚屈膝上提顺势蹬出,左脚同时跳一下(见图二)。



图 --



図 -

第四拍 右脚向前落下。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

3. 猛虎出山步

准备 男、女双手叉腰,围成内、外两个圈(男在外圈,女在内圈)面相对,做相同动作。 第一~二拍 双腿"大八字步半蹲"再立起。

第三拍 左脚向左迈一步,成左"前弓步"(右腿稍屈),上身稍前俯,眼看右后方(见图三)。

第四拍 重心后移,右腿屈膝为重心,左脚勾脚,脚跟点地,上身后仰微右倾,眼视 对方。

第五拍 重心前移,左脚掌落地。

第六~八拍 出右脚做第三至四拍的对称动作(男女互换舞伴)。

### 腾冲县蹬窝罗的基本动作

1. 圆圈舞

第一拍 右脚向前迈一步,双腿顺势屈膝,上身稍前俯微左拧,目视左方。

第二拍 脚位不变,重心后移,左腿屈膝为重心,右脚尖稍抬,同时上身后仰,抬头望天。

第三拍 右脚向左迈一步,顺势左转半圈成"大八字步半蹲",上身微俯。

第四拍 直膝或微屈,上身后仰,抬头望天。

2. 双圈对跳

准备 同"猛虎出山步"。

第一拍 双腿成"小八字步半蹲",同时左臂由前向上划一圆后叉腰。

第二拍 脚位不变,直膝,眼看对方。

第三拍 左脚向右迈一步,顺势右转半圈成"小八字步半蹲",左臂动作同第一拍。

第四拍 同第二拍。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

3. 前吸腿步

第一拍 左脚向前迈一步,右腿稍屈自然后抬,右臂屈肘前抬(手心向下)与肩平,(见图四)



图三



图四

第二拍 左脚原位踮跳一下,同时右腿前吸,右臂由前向后划上弧线后 叉腰(见图五)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

4. 八字步半蹲

第一拍 左脚向右迈一步,顺势右转半圈成"大八字步蹲",左手自然下垂。

第二拍 直膝(亦可微屈膝),上身后仰,抬头看天。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。



图五

# (五)跳 法 说 明

通常于每年的正月初四"窝罗节"时在林边一块空地的中央放一张摆满供品的方桌,桌两旁各点燃一堆柴火或各放一盏灯。舞者人数不限,男女老少不拘(必须是双数),他们双手叉腰,男女相间而立,在"烧干"(能歌善舞的老艺人)带领下,或成单圈逆时针方向而舞,或成双圈男女面相对起舞。

梁河县跳蹬窝罗时,伴奏者立于场外,舞者围成圆圈依次反复做"自由步"、"麻雀步"、"猛虎出山步"等动作,各动作配有固定的曲调歌词与队形,各动作间均有少许停顿,便于乐手们重新起调,也利于舞者按规定站成下一动作的位置。舞蹈过程中,全体边唱边跳,有时是"烧干"领唱众和之;有时是"烧干"刚一开口,众马上跟随齐唱。跳"自由步"时,舞者背对圆心,边唱《则勒扎•把套昆》边逆时针方向转圈(以下凡站单圈时均同此,文略);跳"麻雀步"时,舞者左肩对圆心,唱《则勒扎•把松昆》;跳"猛虎出山步"时,舞者围成内、外两圈,男站外圈,女站内圈(以下凡双圈时均同此,文略),唱《则勒玛•窝罗》,每当唱〔1〕时,全体舞者面相对做第一至二拍动作,或保持原姿态不动,然后做第三至八拍动作,做时,男顺时针,女逆时针方向慢慢转圈,并不时更换舞伴。

腾冲县跳蹬窝罗时无乐器伴奏,众舞者用鼻音反复哼唱《蹬窝罗》。跳"圆圈舞"时,左 肩对圆心,跳"双圈对跳"时,围成内、外两圈,男女面相对做相同动作,外圈逆时针,内圈顺时针方向慢慢转动。跳"前吸腿步"时,左肩对圆心;跳"八字步半蹲"时面向圆心。

> 传 授 孙广强、孙家兴、孙广荣 张恩席(阿昌族)、张应甲(阿昌族)

编 写 姜 雁、孙芹兰、王瑞娜、孙 涛 马天菊

绘 图 刘永根

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛

# 青龙白象舞

# (一) 概 述

"青龙白象舞"是阿昌族"会街节"期间表演的舞蹈之一。"会街"原是小乘佛教迎接"过达玛"菩萨的仪式,现已完全演变为庆祝丰收的节日,主要流传于德宏傣族景颇族自治州陇川县户撒乡的阿昌族居住区。每年的农历九月由几个或几十个村寨联合筹备举办,到时各村寨举着彩旗,敲着象脚鼓齐集于共同的会场,一连欢庆三天。

阿昌族人民常视青龙白象为吉祥幸福的象征。传说:召卫散达纳王国曾灾难不断,后因王宫里的一头大象生了小白象,从此便风调雨顺,五谷丰登。此事传到了同样灾难不断的邻国,即派人向召卫散达纳国的王子求讨白象。王子很快同意了。小白象到邻国后不久,邻国也日益富强起来。

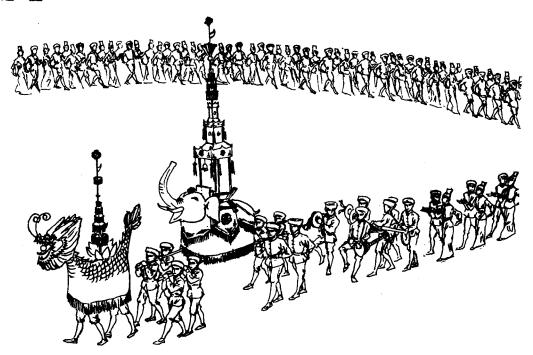
对邻国的富强,宰相和个别大臣很害怕,三番五次在国王面前搬弄是非。国王听信谗言,将王子赶进深山老林。百姓知道后,纷纷向国王求情;邻国知道后,也送回了小白象。就在国王接回王子那天,小白象的好友小青龙为大地洒下了一场"腊条雨",并很快变成了金银。王子见到金银不动半点心,全都献给了佛祖和百姓,深得人们的敬重和爱戴,并为此举行了三天的大摆,跳了青龙白象舞,以此表达对王子的感激之情,以后每年都举行一次类似的庆典。久而久之,便形成了阿昌族的传统节日——会街节;形成了阿昌族的传统舞蹈——青龙白象舞。

会街节期间,当白象摆动长鼻,青龙昂首摇尾时,阿昌族青年敲着象脚鼓,围绕着青龙白象,跳起了欢快的象脚鼓舞。鼓声中,姑娘们头戴鲜花,手持绿叶或鲜花、手帕,合着象脚鼓的节拍,跳起了青龙白象舞。跳到高潮时,便情不自禁地喊起"约怀怀、依喂"来,意即幸1748

福、幸福、永远幸福。舞蹈纯朴自然,出脚不高,摆手幅度不大,节奏缓慢,气氛热烈,有浓厚的乡土气息。

# (二) 造型、服饰、道具

#### 造 型



青龙白象舞舞队

#### 服饰

男、女舞者服饰均同"蹬窝罗"。

#### 道具

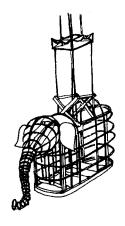
- 1. 青龙 先用竹片和竹竿编制成青龙骨架,再用各色彩纸裱糊。龙头内靠眼睛处固定一根绳,舞者上下拉动此绳时,可使龙嘴张合、龙头摆动,龙体中部装一横杆供舞者肩扛。
- 2. 白象 制法及所用材料基本同青龙。象体底部左右两侧有两根平行的长竹竿,两竿间吊有一个竹制座垫(用竹片做面与竹



青龙骨架

棍互钉即可),象体前端固定两根竹竿垂直而下,下端固定一短竹棍(供脚踩)。

3. 象脚鼓、镲、铓(均见"统一图")

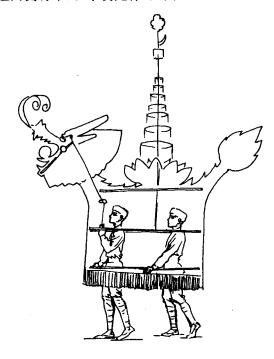


白象骨架

# (三) 动作说明

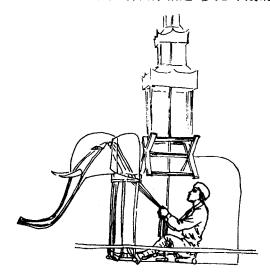
#### 执青龙、白象者的动作

1. 扛青龙 两人进入龙身中前后站立,均左肩扛横杆,前者左手握横杆,右手抓绳操 纵龙头;后者双手抓握两侧竹竿,以平衡龙体(见图一)。



图一

2. 抬白象 一男进入象体内,面向前坐于吊着的竹木垫上,双脚前伸踩住前面的吊棍,双手抓绳,用手和脚操纵,使象眼不时的眨动,象鼻上、下、左右地来回摆动(见图二)。然后由前后各四人,(俩人肩扛一根竹竿)将白象抬起(参见"白象造型图")。



图二

#### 乐手的动作

1. 挎象脚鼓、握镲、提铓(均见"统一图")

提示:象脚鼓、镲、铓的敲击节奏相同,均为 $\frac{4}{4}$ 拍,中速,每拍一击。

2. 转身踮跳步

准备 鼓手、镲手、铓手均自然站立。以下以鼓手的动作为例,镲手和铓手除每拍分别击一下镲、铓外,铓手动作同鼓手,镲手动作与鼓手对称。

第一拍 左脚向前上一步顺势踮跳一下,右腿勾脚前吸,右手击鼓一下,上身稍左拧, 眼视对方。

第二拍 右手击鼓一下,右脚前伸、脚跟着地,左腿直立(见图三)。

第三~四拍 手动作同第一至二拍,脚做第一至二拍的对称动作。

第五拍 做第一拍动作的同时向左转四分之一圈。

第六拍 手动作同第一拍,脚做第五拍的对称动作。

3. 向前踮跳步

准备 同"转身踮跳步",鼓手、镲手做相同动作。

第一拍 左脚向前上一小步顺势踮跳一下,同时右腿屈膝前抬。

第二拍 做第一拍的对称动作。

### 群舞者的动作(绕腕踮行)

准备 可徒手,也可双手各拿鲜花、绿叶、或手帕。



图三

第一拍 右脚向前上一步,左脚跟稍抬起,双腿顺势屈伸一下,左手(手心向上)屈肘前抬与肩平,内绕腕一圈后稍向前推成立掌(掌心向前),右手掌于身右后,上身微右拧(见图四)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 右脚向左迈一步,顺势左转四分之一圈,左脚稍离地靠至右脚跟后,同时双膝屈伸一下,手动作同第一拍。

第四拍 左脚后退一步,身体顺势左转四分之一圈,胯向左后顶,右手摆向右前方(稍屈肘),左手摆向左下方(见图五)。



图四



图五

第五拍 左脚向前上一步,手做第二拍的动作。

第六拍 做第五拍的对称动作。

第七~八拍 做第三至四拍的对称动作。

## (四) 跳 法 说 明

青龙在前,白象在后,接着是击象脚鼓者、击镲者、击铓者(人数视前来参舞村寨的数量而定)边交替做"转身踮跳步"和"向前踮跳步",边每拍一击为舞蹈伴奏,最后是众舞者,男的徒手,女的双手各持鲜花或绿叶,亦可拿手帕反复做"绕腕踮行",全体舞者既可随青龙白象后反复转圈舞蹈,又可围其周围起舞(参见"造型图"),舞至兴起时,情不自禁高喊"约怀怀、依喂一!"直至日落西山,此活动要连续进行三日。

传 授 旺 吞(傣族)

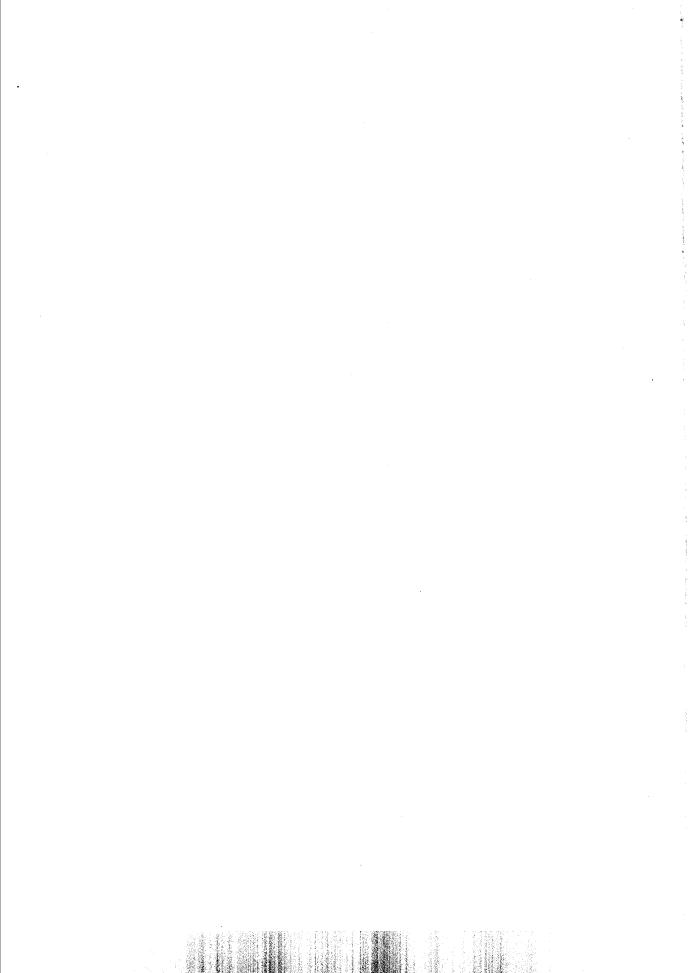
编 写 旺 吞(傣族)、林敬华

绘 图 刘永根

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛

# 德昂族舞蹈

主 编 杨忠德(德昂族) 副 主 编 旺 吞(傣族) 编 辑 林敬华 责任编辑 廖大昆



# 德昂族民间舞蹈概况

德昂族是云南省独有的少数民族。人口较少,主要居住在德宏傣族景颇族自治州潞西县的三台山乡和临沧地区镇康县的军弄乡。陇川、梁河、瑞丽、盈江、耿马、永德、保山及畹町等县市有少量分布。德昂族原称"崩龙",1985年9月21日,根据本民族意愿,正式更名"德昂"。德昂是本民族的自称。"昂"的含义是"山岩"、"岩洞"的意思,"德"为尊称。全句原意是"洪水时期从山崖旁葫芦里出来的人"。德昂族有自己的《创世纪》和祖先从葫芦(或岩洞)里出来的传说和故事,反映了德昂族在历史上经历的血缘家庭、对偶婚家庭、母系家庭、父系家庭等各个发展阶段,是德昂族古代社会历史发展的缩影。德昂族现有"饶实"("黑崩龙")、"饶静"("红崩龙")、"饶波"("花崩龙")和"饶可"四个支系。语言属南亚语系孟高棉语族的佤昂语支。无本民族文字,一般使用傣文。

德昂族是一个历史悠久的民族。汉晋时期的濮人,即为唐时的扑子蛮和元明时的浦人,是现今佤族、德昂族、布朗族的先民,其共同特点是"木棉布"和"贯头衣"。史书称为"尾 濮",用藤篾缠腰部分称为"折(缠之误)腰濮"、嚼沙基芦子嘴唇被染红的称为"赤口濮",纹面的称为"文面濮"等。"濮"人是个比较广义的称呼。以南亚语系民族为主。"濮"人曾是这里的古老居民。

德昂族住居的德宏、临沧、保山、思茅等地属印度洋季风影响下的季雨林区,具有夏无酷热,冬无飞雪、无霜期长等热带和亚热带气候的特点。全年分干、湿两季,自然条件甚为优越。在这里,既生长着楠、红木、楸木等优质树木,又有青草遍野的天然牧场,既生产黄莲等野生药材,也有轻化工原料的野生植物。是个宜农、宜牧、宜加工野生原材料,宜住居的美丽之乡。

德昂族杂居在社会经济发展水平很不一致的其他民族之间,政治上、经济上都不同程度地受到这些民族的影响。到十九世纪末和二十世纪初,临沧地区德昂族仍是原始父系大家庭公社的公有制和个体家庭私有制的并存。个别地区则有八十九人共居在一幢大房子

里的大家庭,一直延续到本世三十年代才最后解体。

德昂族有悠久的种茶历史,被誉为古老的茶农。走亲串戚,访友求婚都以茶叶作为礼物,邀请赴会的请帖,也以茶叶代替。几乎每个人都爱喝浓茶。

德昂族主要种植水稻、旱谷和包谷,以大米为主食。自种蔬菜,也找一些蘑菇和野菜作副食。住房大都是竹木结构的楼房,房顶两头各伸出一块偏厦,相传是仿照孔明的帽子形状建盖的。

德昂妇女的服饰十分别致,包头和衣边都缀上许许多多彩色小绒球;两襟都缀有方块银牌;耳上戴大耳坠,颈上挂银制大项圈,腰间刻有精致花纹的藤篾圈;包头一般只打一结,两端向后垂。简裙较长,一般都要围到胸部以上,下结腰带。男子裹黑色或白色包头,上穿大襟衣,下穿宽管裤,左耳或右耳戴大耳筒,青年人还挂大项圈。包头两端、衣襟、衣领甚至衣角,都要缀上许多彩色小绒球。

德昂族的婚姻多是一夫一妻制,同姓不婚。恋爱和婚姻比较自由。恋爱时,小伙子到姑娘家对歌,父母、哥嫂回避时卧床而听,如自家姑娘对歌中唱不赢对方,母亲或姐嫂可起床帮腔。一般禁止青年男女夜间外出谈情说爱。经过恋爱,只要男女双方同意,父母一般都不反对,而且不讲究聘礼。提亲及接亲时只要送一些茶和肉之类的实物,给姑娘的母亲送几元"奶水钱",礼节性地表示一下感谢抚育之恩即可。

德昂族人死后一般实行土葬,村寨有公有墓地,葬时棺木横埋。人死亡七天后要请佛 爷超度亡魂到天国,以后就不再扫墓祭献。

德昂族信仰小乘佛教,稍大一点的村寨都建奘房(佛寺),供养着佛爷。"饶实"和"饶静"支系多信左底、杂列教派。忌杀生,不养猪,但现已改变。

德昂族除信奉小乘佛教外,也信仰原始鬼神,认为人畜生病和死亡,都是魔鬼所害,为求得平安兴旺,必须把魔鬼从村寨和家里赶走,因此在数年一次较大的拜佛活动"做贡"结束时,要举行驱鬼仪式:

在做页期间,由寨内头人先选出两个体魄强健的男青年送入佛寺,化装成"魔王神"。到驱鬼之日,他们头戴宽竹叶帽,用棕叶丝做长发,以笋壳做面具,用两个蛋壳做眼睛,用纸剪成人的嘴、鼻贴于面具上;身上披蓑衣,胸前挂两个铃铛,小腿用墨绘成直条纹至脚趾,手持钢叉或长矛。待日头偏西时,两人(魔王神)便冲出佛寺,后面跟上几个挂沙袋的青年,他们边跳边大喊"杀呵!""打死恶鬼!"每到一户竹楼前,用叉或矛在房屋上戳几下。上楼进屋后,拍打或脚踢屋内器物,撒几把沙子,表示已将隐藏在家中的鬼驱赶出门。当驱鬼人把鬼赶出寨外时,佛寺的长老便点燃七堆草,让各户牵牛跨过火堆,佛爷同时念驱鬼经,然后各户封门,表示恶鬼已被阻隔在寨外了。

德昂族的宗教节日除了佛教的泼水节外,另外还有盛大的"祭寨神"和"祭谷娘"节。 "寨神"是在村寨中或附近选取一棵大树,每当春节祭祀时,各户要把事前制作好的木矛, 1756

沿神树杆立起,并用绳子捆住,作为全寨的保护寨神,并以此作为保护村寨不受侵犯的象征。祭祀中,青年们要敲铓锣,击象脚鼓,增添祭祀的隆重热烈气氛。"谷娘"是获得丰收的女保护神。开始播种前,全村择选一天为祭日,这天,村民们穿上盛装,敲起铓锣、象脚鼓到地里,把祭谷娘的牛、猪、鸡赶到一起宰杀,由佛爷、长老到地里念经。共餐后,开始播种。

德昂族创造了许多具有本民族特色的文学和艺术。流传着大量的神话、传说、史诗、故事、诗歌、寓言、笑话和谚语,就其内容而言,大多是表现爱情和对自己家乡热爱与赞美,以及对美好未来的向往。

德昂族艺术主要是音乐和舞蹈。乐器有打击乐器和管弦乐器。打击乐器有象脚鼓、铓、镣、磬等。水鼓(德昂族叫"格楞当")则是德昂族人民独特的一种乐器。管弦乐器有葫芦丝(最多三管)、箫(笛子)、小三弦、二胡、琴、口弦等,在唱歌和"串姑娘"时使用。

德昂族的民间舞蹈,题材较广泛,风格亦各异。总体上可分以下几种:

1. 鼓舞。德昂族的民间舞蹈大都是以鼓、镣、铓作为其特定的伴奏乐器。可以说,德昂人是每舞必鼓,鼓是德昂族民间舞蹈之魂。

鼓舞,大致可分为保山、梁河、盈江、耿马的《长鼓舞》(夏格楞东);陇川的《抬鼓舞》;保山的《水鼓舞》(戛格楞娥);镇康的《佛鼓舞》(戛格楞帕);潞西的《短鼓舞》(戛<u>格格</u>呃弄)。

- 2.《竹竿舞》。(扒布液)。这是一种丧葬舞,只有在七旬以上、德高望重的老人去世才能跳。舞者腰缠马串铃,用四根细、两根粗的竹竿做道具,置于地上敲击而舞。竹竿象征马,敲击声为马蹄声。此舞蹈在众人守灵的三天之内进行,每天分早、中、晚三次。既用以颂扬死者生前功德,也用以表示让死者的亡魂骑上"马"去西天,不必步行,以免吃苦。
- 3.《戛养舞》。原系被人们称为德昂族支系"养人"流传下来的一种舞蹈,故称为《戛养舞》,意即跳养人舞。主要保存于陇川县的户弄村、瑞丽市的勐休等地区。
  - 4.《跳摆》。主要流传于临沧地区的镇康县,属于男性跳的一种圆圈舞。

上述这些民间舞蹈,既真实、形象、生动地反映了客观存在着的事物,再现了德昂族的历史和风格,也折射出了德昂族人民的心理性格和审美意识,是不可多得的艺术史料。

(执笔:杨忠德)

# 佛 鼓 舞

## (一) 概 述

佛鼓,意为"佛"之鼓,德昂语称"耿冷牙啪拉",是佛爷(和尚)专门保管,并经佛爷批准才能使用的鼓。用佛鼓作伴奏乐器而跳的舞,叫"佛鼓舞"。主要流传在德宏州及临沧地区镇康县的德昂族居住区。佛鼓舞以前只能在佛爷晋升或迎接外奘房(缅寺)的佛等重大宗教节日时方可击鼓并表演,表演者限于男子,现在遇有重大节日,也可表演。

相传在佛教传入德昂地区并产生了自己的佛爷初期,奘房里每举行一次大的活动,都得由佛爷走村串寨通知百姓,后来有一个叫帕煞达的大佛爷精心制作了一种声音宏亮的鼓(与象脚鼓类似)。每当奘房举行某种仪式或活动,只要击鼓,百姓听到鼓声就能应声前来。这种鼓,人们后称之为佛鼓。平时都置于奘房里,举行活动时才抬出来,用毕仍放回原处。

明代麓川(今瑞丽市)势力崛起,不断扩大地域与统治实力,傣族成为当时德宏地区势力比较强大的民族,强盛的德昂先民败落迁离。现盈江县弄璋乡南算寨,还保存有一座古老的佛寺,现当地居住的傣族老人都称为"奘庄崩龙",意为"崩龙(德昂)佛寺"。寺中还保留有一个珍贵的牛皮大鼓,鼓身为一大圆木,掏空去皮,长 2.8 米,腰粗 4 米左右,鼓面大头直径 1.14 米,尾面直径 1 米,鼓身外用白皮裹着,用黑漆漆过;鼓两端蒙的牛皮原已不存,近些年,当地傣族群众又重新蒙上牛皮,并在做佛事时使用。据几位八十多岁傣族老妈妈说,鼓的内部原有增加音量的装置,敲时音量特别大,传播很远。敲多了能使正在孵化的母鸡孵不出小鸡来。佛鼓舞是在佛教节日或晋升佛爷或迎接外寺长老期间,在佛寺的广场1758

上和"象脚鼓舞"同时跳的。是男性集体舞蹈,舞者有敲佛鼓、击钹、敲铓共三人,在象脚鼓 舞圈中表演,然而鼓点、动作与象脚鼓舞都不相同,象脚鼓舞气氛热烈欢快,佛鼓舞较严肃 庄重。陇川县称佛鼓舞为抬鼓舞。以两男子用竹棍将鼓抬起,行走于舞队前列,一人双手 各执一槌敲击起舞。

## (二) 音 乐

姚老二(德昂族) 姚忠祥(德昂族)

					_											
大钹	$\frac{2}{4}$	慢速 X	x		<u>5</u>	<b>X</b> 49	-	-	X	x		3 4	X 4,	_	-	
佛鼓	24	<b>X</b>	<b>X</b>		<u>5</u>	x	-	-	<b>X</b>	<b>X</b>	-	3	X	-	-	
铓	24	0	0		<b>5 4</b>	X			0	0		$\frac{3}{4}$	0	0	0	

材

占

曲谱说明,谱中符号"X"为左手四指拍击鼓面小头,符号"X"为右手持槌击鼓面的大头。

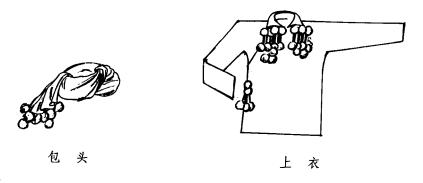
锣

## (三) 造型、服饰、道具

#### 造 型

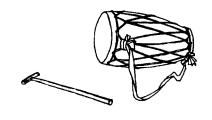


舞者 缠右侧垂有各色绒球的白布包头,穿蓝或黑色大襟上衣、黑色大裆裤、布鞋。



## 道具

1. 佛鼓 用一根长约 62 厘米一头粗(直径约 38 厘米)一头细(直径约 20 厘米)的攀枝花树干(或芒果树干)去皮,先将两头凿成锅底形,然后从一头凿一直径约 9 厘米的圆孔使两头互通。用两片分别约 55、35 厘米的圆形牛皮,折边,内裹一条牛筋,边缘处开有小孔蒙于两侧鼓面,再用牛皮条穿过小孔来回缠拉使鼓面固定于鼓身。在距大鼓面三分之一处凿一圆孔(直径约 3.5 厘米),可注水,能使牛皮受潮后再绷紧。



佛鼓及鼓棒

2. 钹、铓(均见"统一图")

## (四)动作说明

## 道具的执法

- - 2. 提铓、握钹(均见"统一图")

### 基本动作

准备 鼓手"挎鼓"、自然站立。

第一拍 右脚向右迈一步,左手四指拍击小鼓面一下。

第二拍 左脚迈向右后成左"踏步",左手动作同第一拍。

第三拍 上身前俯,脚位不变,屈双腿成左"踏步半蹲",右手槌重击鼓面一下。

第四~五拍 起上身直膝。

第六拍 右脚向右迈一步,同时左腿屈膝旁抬,上身右倾,左手指拍击鼓面一下。

第七拍 做第六拍的对称动作。

第八拍 右脚落地成"大八字步",同时右手槌击鼓面一下。

第九~十拍 保持姿态,右手举槌抬至右前上方。

第十一拍 同第一拍。

第十二拍 左腿屈膝旁抬,以右脚为轴,向右转半圈后左脚落地成"大八字步",左手指拍击鼓面两下。

第十三拍 右脚向左后撤一步成右"踏步半蹲",右手槌击鼓一下。

第十四~十五拍 保持姿态直膝立身。

第十六~十八拍 做第六至八拍的对称动作。

第十九~二十拍 同第九至十拍。

第二十一~二十二拍 出右脚向左走两步, 顺势左转半圈。

第二十三~三十拍 同第三至十拍。

提示:钹手"握钹"动作同鼓手,当击鼓时,双手击钹一下。第十一至三十拍可无限 反复。

## (五)跳 法 说 明

佛鼓舞由三名男子舞蹈。挎鼓者居中,握钹者位左,提大铓者于右,边按锣鼓谱击打各 自乐器边做动作,鼓手与钹手动作相同,铓手走便步按锣鼓点击铓,全体逆时针方向反复 转圈,日落前结束。 抬鼓舞由两名男子抬鼓行进于舞队前列,一男子双手各执一鼓棰,边击鼓舞动边前进 (见"抬鼓舞场面图")。



抬鼓舞场面图

传 授 姚老二(德昂族)、姚忠祥(德昂族)

李国民(德昂族)

编 写 杨天荣、旺 吞(傣族)、林敬华

绘 图 刘永根

资料提供 徐新荣、余大明(傈僳族)

周云香、金智芳(布朗族)

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛

# 水 鼓 舞

## (一) 概 述

"水鼓舞"主要流传于保山市坝湾乡的德昂族、傣族村寨。"水鼓"又叫"大鼓",德昂语"格楞当","跳水鼓"德昂语"嘎格楞当",傣语为"嘎当"。

关于水鼓舞的舞源,当地德昂族和傣族群众都说是起源于本民族,但都没有史籍记载可证。德昂族关于水鼓舞流传着两种传说:一,相传德昂族在向西迁徙时,"饶叮"部落落在了其他部落之后,于是就起早贪黑地赶路,又遇干旱季节,经常累得口干舌燥。他们用树叶盛水,一走就漏光;他们用竹筒盛水,竹筒太小。这时,有一位聪明的鼓手出了一个主意:我们背着空心的象脚鼓,为何不在鼓里装上水?大家便照着做了。到达目的地后,他们把水倒出来,稍稍晾干鼓皮,再用手敲鼓,反而发出了与原先不同的悦耳的声音来。从此以后,便开始有了"水鼓"。二,很早以前,德昂人在山里劳动时,发现一段积有雨水的空心木头,敲起来会发出"嘣、嘣"的响声,非常悦耳。于是他们就砍断木头,掏空树心,用牛皮蒙面制成大鼓,由于这种大鼓要用水或酒湿润鼓皮,故称为"水鼓"。

水鼓舞兼有自娱和祭祀功能。1949 年解放前,水鼓舞只在"进洼"、"出洼"、"做摆"等宗教节日里跳。以后逐步演变为自娱性舞蹈。由于潞江一带德昂族和傣族都信奉小乘佛教,而且村寨相连,两个民族的经济、文化交流广泛,水鼓舞和象脚鼓舞也为两个民族所共有。每逢较大的宗教会期或节日庆典,德昂族和傣族群众都要在佛寺广场或村寨之中欢聚一堂,痛痛快快地舞蹈一番,届时,几筒水鼓,十几筒象脚鼓,大钹、小钹、大铓、小铓统统上阵,锣鼓齐鸣,热闹非凡。

水鼓舞手上动作较丰富,舞者自己持打击乐,边奏边跳。舞蹈由击象脚鼓者领舞,鼓手,钹手、铓手位于内圈,青年男女围在外圈,踏节起舞。

水鼓舞所用的打击乐除水鼓外,还有大钹、铓锣。一般是一筒水鼓配一副或两副大钹, 一面大铓,三者要求配合默契;以水鼓为中,钹迎鼓面,铓随鼓行。

由于水鼓身大而沉重(直径约 50 厘米,长约 80 厘米、重约 50 多斤),所以舞者动作稳沉,节奏缓慢。也因此而形成了水鼓舞特殊的韵味和审美境界。

# (二) 音 乐

传授 李仁光(德昂族) 记谱 闵承龙

锣鼓点一

鼓	慢±	更 *	xx o x x o x	<u>XX 0</u>	x	<u> </u>	x	<u> </u>	x	<u> </u>	
钹	$\frac{2}{4}$ 0	x   x	x   o	X	x	X	0	X	x	X	
铓	2 X	0 0	o   x	0	0	0	x	0	o	0	

曲诸说明,诸中"X"为左手前掌四指拍击鼓面的小头。

世速
数 点 二
数 [ 4 × 0 0 0 | X 0 0 0 | X 0 0 0 | X 0 0 0 0 |
数 [ 4 × X X 0 | X X X 0 | X X X 0 | X X X 0 |
4 × X X 0 | X 0 X 0 | X 0 0 0 |
数 [ X X X 0 | X 0 X 0 | X 0 X 0 | X 0 X 0 |
X 0 0 0 | X 0 X 0 | X 0 X X X | 0 X X X |
X 0 0 0 | X 0 0 0 | X 0 0 0 |
数 [ X 0 X 0 | X 0 X 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |

数 [ X 0 X 0 | X X X 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0 0 0 | X 0 0 0 |
X 0

## (三) 造型、服饰、道具

#### 造 型



舞者

### 服 饰(均见"统一图")

舞者 头缠黑布包头,包头一端垂于左肩,穿黑布大襟衣、普通长裤,有鞋穿鞋,没鞋赤脚。

### 道具

1. 水鼓 形制同"佛鼓舞"的"佛鼓"。鼓腔为将木挖空(见"剖面图"),高约 70 至 80 厘米,大头鼓面直径约 40 至 50 厘米。



水鼓鼓腔剖面图



水 鼓

## 2. 钹、铓(均见"统一图")

## (四)动作说明

#### 道具的执法

- 1. 挎水鼓 背带斜挎于左肩,将鼓吊于大腿前,左手扶住小头鼓面,右手持槌。
- 2. 提铓、握钹(均见"统一图")

## 基本动作

动作一(击锣鼓点一)

舞水鼓者:

准备 肩"挎水鼓"站"大八字步"。

第一拍 右脚向右横迈一小步稍屈膝为重心,同时左腿屈膝旁提,顺势向右后稍顶 胯,右手用槌击大鼓面一下,上身稍前俯(见图一)。

第二拍 落左脚稍屈膝为重心,同时右腿屈膝旁提,左手四指拍击小头 数面一下(以下称"左手拍击"),右手上抬屈肘举槌于头右方,上身微俯。

第三拍 右脚向左后落下成右"踏步半蹲",上身稍前俯微左拧,同时右手槌击鼓一下(见图二)。

第四拍 直膝立身站右"踏步",左手拍击小头鼓面两下。

第五~八拍 做第一至四拍的动作。

第九~十二拍 动作同第一至四拍,边做边向右转半圈。

舞大钹者:

准备 双手"握钹"自然下垂,站"大八字步"。

第一拍 右脚原位轻跺一下屈膝为重心,同时左腿顺势前踢出屈膝向左前抬起,双手由胸前(不击钹)上分旁落至"山膀"位(钹面向前)上身微俯(见图三)。

第二拍 左脚落地,同时右腿屈膝小腿后抬起稍开胯,双手"握钹"于左肩上方击钹一下,上身顺势稍左拧,头向右转,眼视右前(见图四)。



图二



图三

第三拍 右脚落至左后成右"踏步半蹲",双手落至左腰旁(右手在下,左手在上)击钹一下,上身左拧稍前俯,眼视右下方(见图五)。

第四拍 脚位不动,迅速直膝立身(有往上拔起的感觉),双脚跟顺势抬起,双手于左胯旁(右手在下,左手在上)击钹一下,上身左拧微前倾。

第五~八拍 同第一至四拍。



图

图四



图五

第九拍 右腿前抬右划向右跳一步,顺势右转四分之一圈,左腿屈膝稍旁抬,双手经胸前向上"分掌"后至双"山膀"位(钹面向前),上身稍前俯。

第十拍 左脚向右前跨跳一步,顺势右转四分之一圈,右小腿后抬,双手做第二拍的 对称动作。

第十一拍 右脚向左后落下成右"踏步全蹲",双手经下划至左肩前上方击钹一下。

第十二拍 同第四拍。

提示:舞鼓者与舞铓者动作相同,但击铓时,按锣鼓点一铓的分谱敲击,鼓、钹、铓三者缺一不可,舞时相互照应,动作缓慢稳重。

动作二(击锣鼓点二)

舞水鼓者:

第一拍 左脚向左迈一小步,同时双膝屈,左脚为重心,右脚跟抬起,上身向右前倾, 右手槌击鼓一下。

第二拍 脚位不动,直膝立身。

第三拍 右脚向右迈一小步,同时左腿屈膝旁抬,左手扶小鼓面,右手持槌自然下垂。

第四拍 左脚落地,同时右腿屈膝旁抬起,顺势向左后顶胯左手扶鼓小头,右手握槌稍屈肘举于头右方。

第五拍 右脚落至左脚旁轻跺一下,双腿屈膝,重心在左脚,身体稍左转微前俯,同时右手槌击鼓一下。

第六~八拍 同第二至四拍。

第九~十六拍 做第五至八拍的动作两遍。

第十七~十八拍 双膝稍屈,上身前俯,头右转,右手槌击鼓两下。

第十九拍 左脚向左跳一步,右脚掌拖地靠向左脚,双膝屈,右脚掌点地,上身前俯,右手用槌击鼓一下。

第二十拍 脚位不动,直膝立身。

第二十一~三十六拍 右脚起每拍一步向右原位转两圈。每两拍转四分之一圈,每逢 奇数拍时右手击鼓一下。

第三十七~四十拍 同第十七至二十拍。

舞大钹者:

第一~三拍 左腿屈膝的同时,右腿前伸,前脚掌着地向左划至右脚前,左腿随之直膝成"虚步",双手于胸前击钹一下后迅速上分经身两侧收于左腹前,右手下、左手上互击钹两下,头右转,眼视对方。

第四拍 右脚向后撤半步,顺势右转四分之一圈成"小八字步",手位不变。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十六拍 反复第一至八拍的动作。

第十七拍 右脚向右跨跳一步,左脚拖地靠向右脚,双腿屈膝,右脚跟稍抬,上身左拧稍前俯,双手于右胯前击钹一下。

第十八拍 保持舞姿击钹一下。

第十九拍 右脚原地跺一下屈膝为重心,左腿屈膝顺势前抬,上身稍前俯微左倾,双手于腹前击钹一下。

第二十拍 上身舞姿不变,左脚向左跺一步为重心。

第二十一拍 右脚向左上一步跳起,左腿前吸顺势向左转一圈后,右腿屈膝为重心, 左腿屈膝向左前抬,双手由腹前向上"分掌"后至身两侧,肘稍屈,钹面向前。

第二十二~二十五拍 做第十七至二十拍的对称动作。

第二十六拍 做第二十一拍的对称动作,但双手于腹前击钹一下。

第二十七~二十八拍 同第十七至十八拍。

第二十九拍 动作同第十九拍,但双手于腹前时不击钹。

第三十拍 动作同第二十拍,但双手于腹前击钹一次。

第三十一拍 动作同第二十一拍,但双手于腹前击钹一次。

第三十二拍 做第十七拍的对称动作。

第三十三拍 保持舞姿。

第三十四拍 右脚原位跺一下屈膝为重心,同时右腿屈膝前抬,上身稍前俯左拧,双 手由左经上至腹前击钹一下。

第三十五拍 上身舞姿不变,左脚向左跺一步为重心,双手在腹前击钹一下。

第三十六拍 动作同第二十一拍,双手在腹前击钹一次。

第三十七拍 做第十七拍的对称动作。

第三十八~三十九拍 保持舞姿,击钹两下。

第四十拍 脚位不变,直膝立身。

提示:以上为舞水鼓右侧的持钹舞者动作,左侧舞者动作与之对称。提铓者每小节的第一拍击铓一下,步法反复做舞水鼓者的第一至四拍动作,动作幅度大小由舞者自由掌握。

## (五) 跳 法 说 明

表演水鼓舞时,每三人为一组:水鼓手居中,二钹手位于其左、右(如仅有一副钹,一面 1768

铓时,铓手必须立于鼓手右侧)。往往有几组同时舞蹈,每组三人默契配合,全体舞者时而围成圆圈同做"动作一"或"动作二",并逆时针方向转圈,动作整齐、节奏一致,气势非凡;时而各组为阵,根据本组特长任意选做动作,每当此时,舞者便尽其所能、尽情表现,动作做得格外帅,鼓钹敲得分外响,颇有相互比试之意。每一动作,均面向圈心跳一遍,然后背向圈心跳一遍,如此反复。有时全体反复做"动作一"后,可稍事休息,再接做"动作二"。舞蹈过程中,也有"象脚鼓舞",铓手等围成外圈共同起舞,但所敲锣鼓点需与舞者的敲击相一致。

传 授 李仁光(德昂族)

编 写 闵承龙

绘 图 刘永根

资料提供 郭 钦

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛

# 象 脚 鼓 舞

## (一) 概 述

"象脚鼓舞",德昂语称"嘎儿格冷当",流传于梁河、陇川、盈江、镇康、保山等县的德昂族村寨中。象脚鼓是德昂族舞蹈的主要伴奏乐器。

相传远古时候,有两兄弟以采野果和猎获小动物为生。为了获得更多食物,兄弟俩分开寻找猎物,他们以石击木头传信息。但声音传送不远。他们便想出把木头砍短,便于移动,又把木头抬离地面,使声音传得更远。过了许多代人,一个叫腊堵的人偶然发现,空心的树比实心的树敲起来更响。于是,他用石头将树掏空,又将它竖立起来,敲起来声音又响又传得远。他高兴得边敲边手舞足蹈。人们闻声都跑来看,情不自禁地都跟着跳了起来。一个叫腊堆的人,发现这种鼓不仅可以伴舞,还可以召集人,他仔细观察了象腿象脚的形状,制作了很多个形态各异的鼓,他做好一个,竖起晒干一个。有一天,一个猎人来到,他们共剥兽皮,烤兽肉吃,把兽皮晒在鼓上,他们一直吃到第二天中午。腊堆去拍掉兽皮上的落叶,竟拍出了震耳的声音。从此有了蒙着皮的象脚鼓。

在潞西县三台山,德昂族的主要聚居区,流传着一种"短鼓舞"。鼓身长约三尺,头宽尾窄,两头都蒙有鼓皮。传说德昂族在大迁徙中,"饶静"部落是第二批上路的,为了赶上先行的"饶实"部落,鼓手不慎跌了一跤,将鼓砸成两节。为了使鼓继续发挥联络、娱乐和鼓舞人心的作用,他用石头将切口磨平,又蒙上了一张皮。因此,两面都能发出与原先的长鼓完全不同的声音。他高兴地挎着鼓旋转手舞足蹈,演变成了现今的短鼓舞。

象脚鼓舞都在"考洼"(进洼、关门节)"傲洼"(出洼、开门节)和"堆沙"等佛教节日礼仪 1770 活动时进行。此外,在"泼水节"、"烧白柴节"、"做摆"时,也跳象脚鼓舞。

梁河象脚鼓舞,有"鸡跳舞"、"四方舞"、"脚步舞"等套路;盈江县有"公鸡打架"、"各显神通"、"蹲跳"、"对蹬"等十套。跳"四方舞"按"十"字逆时针方向行进,表现德昂族祖先由东而西迁徙时的艰辛历程;"脚步舞"是展现从播种、耕耘到收割的农事过程。舞蹈时都按一定的程序跳完所有的套路,每个套路也可单独反复表演。

领舞的执鼓、镲、铓者,均为男性,妇女只能尾随其后,或在外圈表演。镇康县跳象脚鼓舞的尾随舞者,可右手执毛巾随舞自然甩动,并有一二个善歌者于舞圈内,唱《大供歌》,每唱完一段都高喊"唷啦唷啦!"舞众大声呼应"讴!"陇川县章凤区跳象脚鼓舞时,击鼓领舞者,头戴直径约三尺的大草帽,男舞则提起大裤脚,露出虎、草等各种纹身花纹。

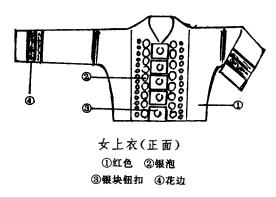
**象脚鼓、镲、铓,平时是缅寺里的法器,由缅寺保管,**只能在节日时使用。在"关门节"后到"开门节"前,是不能击鼓跳舞的。

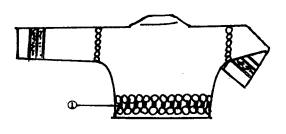
流传于保山市坝湾乡的"八步舞"为象脚鼓舞中的一种,多在宗教和大的节日庆典活动时于佛寺前的广场进行;男女老幼均可参加,围圆而舞。舞蹈风格古朴,出脚时,轻松和绵,微有屈膝;晃手时柔和地转腕,眼随手行;头眼手腰动向一致;翻身转体时迅速有力,幅度增大。

## (二) 服饰、道具

#### 服饰

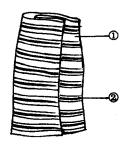
- 1. 男舞者 同《佛鼓舞》中男舞者。
- 2. 女舞者 将发辫盘于头顶,用彩色毛线缠头并配以珠、花等饰物,戴银色耳环、手镯、项圈等饰物,穿黑色或白色镶红边的对襟小袖短上衣(胸前钉五排银制排扣)、红黑相间的横条筒裙,腰间围上百个篾圈(分别漆成红、黄、蓝等色)及草编圈,有鞋穿鞋,无鞋赤脚。





女上衣(背面)

①银泡或绒球

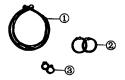


筒 裙

①黑色 ②绛红色镶白边



第 簿



饰物

THE OSE OFF

#### 道具

象脚鼓、镲、铓(均见"统一图")

# (三) 动作说明

## 保山八步舞的动作

1. 动作一

准备 "挎象脚鼓",右手攥住鼓头背带根部,站"八字步"。

第一拍 右脚向右前迈半步,双腿屈膝的同时向右顶胯,上身左拧微前俯,右拳击鼓

#### 一下(见图一)。

第二拍 左腿屈膝后抬,以右脚前掌为轴顺势右转半圈,同时右拳击鼓一下,左脚落 地成"大八字步"。

第三拍 重心移至左脚,顺势向左前送胯,屈双膝,右脚跟抬起,上身右拧微后仰左倾。同时右拳击鼓一下(见图二)。

第四拍 做第一拍的对称动作。

第五~八拍 反复第三至四拍的动作两遍。

第九拍 左脚原位轻跺一下,上身转向前方。

第十拍 以左脚掌为轴,右腿屈膝前抬向左前盖下,顺势向左转半圈。

第十一~十八拍 做第三至十拍的对称动作。

提示:鼓手每拍右拳击鼓一下。钹手每拍击两下,铓手每拍击一下,动作相同。

2. 动作二

准备 徒手而立。

第一拍 右脚向右迈半步,左脚掌拖地跟至右脚旁点地,稍开膀,双腿屈膝,以右脚为重心,顺势向右送胯,同时双手从身右划上弧线至身左(左掌心向上,右掌心向下),上身稍右拧微左倾,眼随手(见图三)。



图一



图二



图三

第二拍 左脚前掌从左向右划一弧线顺势右转半圈后,成右"丁点步",同时双手做第一拍的对称动作,上身稍右倾(见图四)。

第三拍 双膝稍直,借身体上升之势右脚靠向左脚,以前脚掌点 地的同时再屈双膝(重心在左脚),同时双手做第一拍动作,上身稍右 拧。

第四拍 右脚往右迈半步屈膝为重心,左脚随之靠于右脚旁,以脚掌点地,同时双手做第一拍的对称动作,上身稍左拧。

第五拍 做第四拍的对称动作。



第六拍 同第四拍。

第七~八拍 同第五至六拍。

第九拍 左脚向左迈一步成右"丁点步",双手保持第四拍姿态,双腿有韧性地屈伸一下,身体随之起伏。

第十拍 右脚掌从右向左划半圆顺势左转半圈后成右"丁点步",同时双手做第二拍动作。

第十一~十八拍 做第三至十拍的对称动作。

### **盈江象脚鼓舞的动作**

#### 1. 嘎觉

准备 两人相对,一人背鼓,一人持镲。二人右脚尖点地三下,再各击鼓、镲两下作舞蹈开始的信号。以下动作中二人每拍分别击鼓、镲一下。

第一拍 左腿向右前跨一步,成左"前弓步"。

第二~三拍 起左脚向前擦地颠跳两步,二人擦背而过,顺势各转身半圈仍成面相对。

第四拍 左脚向前跨一步,成左"前弓步"(见图五)。

第五~六拍 左脚收回,右脚尖原位点地两下。

第七拍 左脚向右上一步,顺势向右转半圈,上身稍前倾。

第八~十四拍 同第一至七拍。

第十五拍 右腿向前一步,成右"前弓步",双膝顺势上下起伏一次。

第十六拍 右脚收回原位。

第十七拍 向左转半圈,右腿向前跨一步成右"前弓步"。

第十八~十九拍 起左脚擦地向后颠跳两下。

第二十拍 右脚收回原位。

第二十一~二十三拍 右腿向前跨一步,顺势向左转半圈,起左脚擦地向后颠跳两下,二人擦背而过(见图六)。

第二十四拍 右脚收回二人仍成面相对站立。



图 五



图六

### 2. 公鸡打架

第一拍 左脚跟擦地向前蹬出。

第二拍 左脚撤向后方,前脚掌落地成右"前弓步"状,上身稍前俯。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五拍 左脚向前一步。

第六~八拍 右脚向前跨一步成右"前弓步",两人背对上下颠二次。

第九拍 右腿收回。

第十~十三拍 做"嘎觉"的第二十一至二十四拍动作。

#### 3. 蹬跳

第一拍 右腿盖于左腿上,成左"踏步半蹲",鼓尾向上,身前俯(见图七)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 起身的同时,右腿向右旁扫腿。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五拍 左脚收回。

#### 4. 嘎称种(对蹬)

第一~三拍 右脚擦地向前蹬出,二人脚尖相对,上下颠动二次(见图八)。



图七



图八

第四~五拍 右腿勾脚向前踢出,随即甩向身后落地成左"前弓步"。

第六~七拍 做第四至五拍的对称动作。

## 5. 嘎喷朵(转身跳)

二人并肩同走东、南、西、北四个方向。开始时先面向南方。

第一拍 执鼓者右脚擦地左转身,执镲者做执鼓者的对称 动作,二人并肩成左"前弓步"(见图九)。

第二~四拍 右脚擦地向前颠跳一步,然后左脚擦地后退 颠跳两步。

以后三个方向动作相同。每次的第一拍转换方向。



图九

### 6. 阿种客达(背靠背)

准备 二人面相对,站右"虚步",双膝上下起伏三次作预备信号。以下动作以舞鼓者 为例,舞镲者动作与之对称。

第一拍 左脚向右跨一步,顺势转身成二人背相对。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 右腿向右移一步。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五拍 右腿向前跨一步,成右"前弓步"。

第六拍 做第五拍的对称动作。

#### 7. 嘎午洋(跳步蹲)

第一拍 右腿向左跨跳一步,成左"踏步半蹲",上身前俯,鼓尾向上。舞镲者动作与之 对称(见图十)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

8. 衣厥(各显神能)

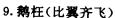
第一拍 右脚向右移一步,左脚稍离地靠向右脚。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 左腿向左扫腿,同时将鼓尾由下向上划 半弧,舞镲者双手从右至左划圈。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五拍 左腿向左移一步,鼓尾划弧,舞镲者双手 从右至左划圈。



准备 二人面相对站立。

第一拍 左腿向左伸出,鼓尾由右甩弧形至左旁。镲从右至左划圈。

第二拍 右脚向前跨一步,成右"前弓步"。

第三拍 左脚向左移一步。

第四拍 右脚向前跨一步,成右"前弓步"。

第五拍 做第四拍的对称动作。

10. 衣格矻(并肩前进)

第一~三拍 右脚向右前上一步,左脚向右脚靠拢,同时屈膝成半蹲。

第四~五拍 起身,右脚顺势擦地向后伸出,上身前俯成左"前弓步"。

第六拍 右脚擦地向前蹬出,落地成右"前弓步"。

第七拍 右腿向左跨一步,顺势向左转半圈。





图十

第八拍 右脚向右移一步。

第九拍 做第八拍的对称动作。

第十拍 左腿勾脚向前伸直落地。

第十一拍 左腿收回向右腿靠拢。

提示:击打象脚鼓时,胯稍前顶,鼓稍前送,带动上身蠕动。

# (四)跳 法 说 明

象脚鼓舞多于佛寺前广场表演。《保山八步舞》舞者男女不拘,人数不限。挎象脚鼓者、握镲者、提铓者及男女众舞者插花排列围成一个圆圈,面对圆心,鼓手、镲手、铓手做"动作一",并敲击锣鼓点为舞蹈伴奏,男女舞者随鼓点做"动作二",全体边做动作边逆时针方向绕圈,如此反复,兴尽方散。《盈江象脚鼓舞》技巧性较高,一般由二人表演。

传 授 尹香芳(德昂族)、王文新(德昂族)

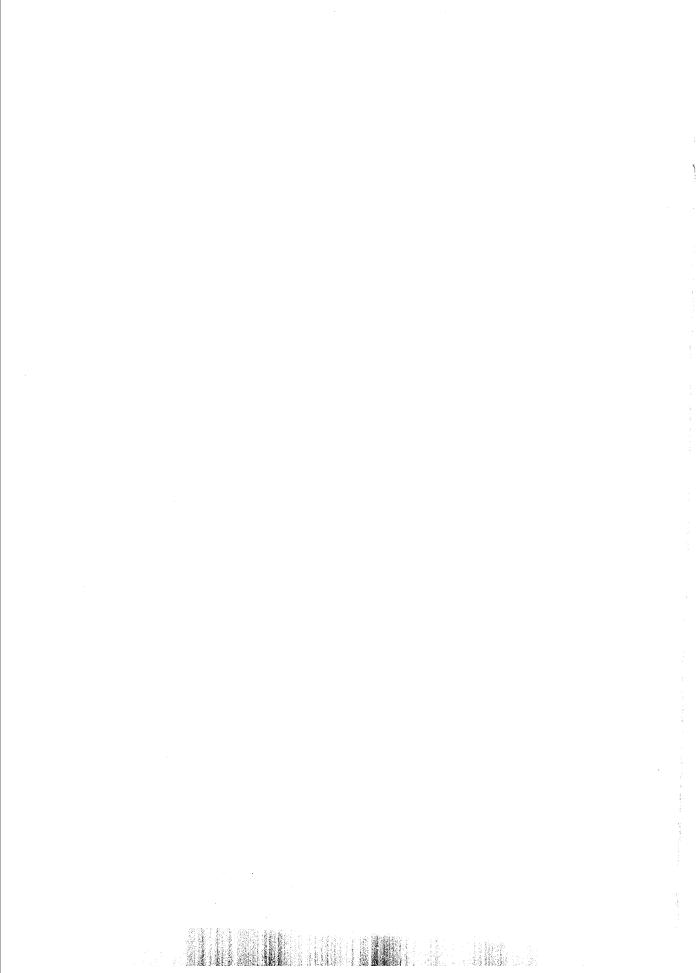
编 写 杨忠德(德昂族)、旺 吞(德昂族)

林敬华

绘 图 许民康

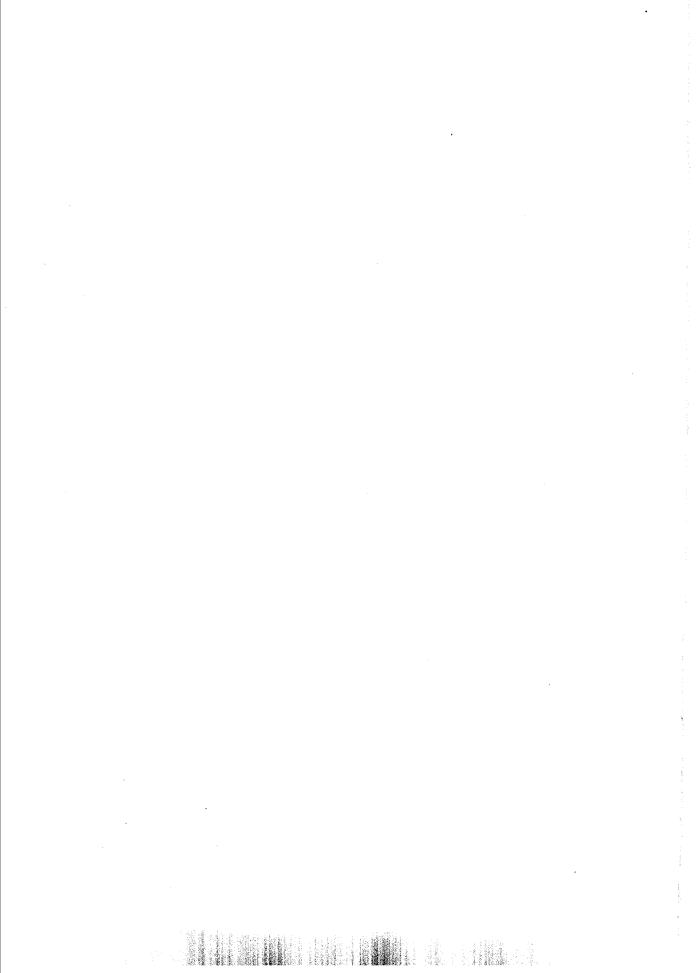
资料提供 郭 钦、闵承龙

执行编辑 龙 翔、庞玉瑛



# 基诺族舞蹈

主 编 李金印责任编辑 吴嘉娴



# 基诺族民间舞蹈概况

基诺族,自称基诺,原称攸乐,有阿西、阿哈、乌攸三个支系。"基诺"的含义有多种解释,多数认为"基"即舅舅,"诺"为后代或后辈,意译当为"舅舅之后代"。主要聚居在云南省西双版纳傣族自治州景洪县的基诺洛克区(攸乐山)和勐旺区的补远乡,另有少部分散居于基诺洛克区附近的其它区乡。

基诺洛克区境内有杰卓、亚诺,班遥和基诺山脉。主要河流有小黑江和帕尼河。茂密的森林里栖息着多种珍禽异兽。种植茶树有悠久的历史,攸乐山是久已驰名的"普洱茶"的原产地。此外,还盛产芝麻、棉花、砂仁等。

基诺族历史悠久,是西双版纳的土著民族之一。语言同彝语支较接近,无文字。基诺族 在汉文史籍中有"三撮毛"之称,清道光《云南通志》的《宁海县采访记》记载:"三撮毛……思茅有之。男穿麻布短衣裤,女穿麻布短衣筒裙。男以红黑藤篾缠腰及手足。发留中,左,右三撮……以捕野物为食。"

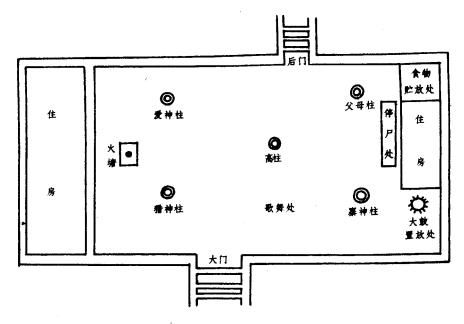
基诺族留发三撮,称之为"切波",左为父留,右为母留,前为自己留。双亲只要有一方去世,当时剃去,事后再留。一旦父母双亡,留发全剃去,从此也就不再留了。基诺族留发三撮是尊敬、怀念父母的一种标志。

雍正十三年(公元1735年)清政府命傣族兵慰使管理攸乐的事务。傣族兵慰使委任基 诺族头人帕雅龙贡为"舍伞大帕雅"(打舍伞的大头人),以后又委任白腊腰为"召怀"(土官),管理攸乐山的事务。从而把攸乐山各个寨子变为傣族兵慰使的养象寨,养马寨……使 基诺族成为傣族封建领主的负担户,并在山区推行傣族封建领主的土地公有制。

1950 年解放前,基诺族还处于原始社会末期向阶级社会过渡的农村公社阶段。主要劳动方式是刀耕火种。农村公社由每个村的卓巴(村社头之一)、卓畬(村社头之二)、巴奴(卓巴的候选人)、畲奴(卓畬的候选人)、乃奴(巴奴的候选人)、乃额(管账者,畲奴的候选人)、可婆罗(物品保管员)统管全寨的事务。

基诺族无自己的成文历史记载,世代相传的创世传说《阿麦腰白造天地》,称现在聚居的基诺洛克——攸乐山是基诺族发祥地。

基诺族居住的房屋分为干栏式的草房和平房两种,屋顶都用茅草复盖,四周支撑木柱,内有舞蹈场地和举行各种祭祀仪式的柱子(见基诺族居室布置图),其中有四根是主要



基诺族居室布置图

的:"捏叭腊爱克"(猎神柱)、"眉莫爱克"(爱神柱)、"阿布阿嫫爱克"(父母柱)、"思巴爱克"(秦神柱)。干栏式的草房又分为两种:一种是一夫一妻小家庭居住的草房;另一种是父系家长制氏族"节佐卓么"(大房子)。"节佐卓么"可以容纳一个姓氏的数代人。这种同姓合居的长屋保留着氏族大家庭的残余,它是当今研究古代人类发展史的一个重要例证。当新房落成进行剽牛仪式时,要跳"刹锅克"并要用弩射牛三箭,由氏族内最年长的老妇(卓么)第一个登上新房,举行丢东瓜仪式,之后主人才能把东西搬进新房内。

基诺族婚姻属一夫一妻制,本世纪 50 年代初还保留有对偶婚和群婚的残余。恋爱不受制约,非婚生子女不受岐视,但婚后就要保持贞节,离异现象少,一旦被人们发现有婚外恋的行为将受到严厉惩罚。

孩子长到十三岁之后,要进行"朱柯若柯追"(成年礼),之后才能与其他成年人享受同等的社会权益。

葬式为独木棺土葬。人死后把大树砍倒,取其中一段剖开挖空,将死者置于棺木之中,深埋一米多。墓表搭一小竹房,房里架一张竹桌献饭。人们根据死者的不同年龄跳不同的舞蹈,以示对死者的悼念。

基诺族信仰多神,有自然崇拜(万物有灵)、图腾崇拜(蚂蚁包称之为舅舅)、祖先崇拜(阿麦腰白)。负责宗教祭祀者有管神的"白腊泡"和管鬼的"末丕"两种。在每年的"祭野牛头"祭祀中,要把野牛头煮熟后的头骨架,供置于火塘上方高柱的台子上,同时把打猎用的七音竹简放置于屋内猎神柱的角落处。每年举行"叫谷魂"仪式,要把鸡拿到"司基作密"(基诺人称死后到的地方)祭奠祖先魂灵。

基诺族的民间传说故事、民歌、舞蹈等民间艺术,内容和形式都极为丰富。长篇情歌"巴思"是基诺传统情歌的瑰宝。民间音乐有"格儿科儿"(唱调)、"牛儿科儿"(哭调)、"白勒科儿"(白腊泡调)"托科儿"(末丕调)等几种。民间舞蹈"厄扯啯"(即"大鼓舞")是基诺族具有代表性的民间舞蹈,流传于基诺区巴雅等七个乡及勐旺补远乡;由于流传地区不同,又称为"司土啯"、"阿栖拉布啯"等。过去,每年农历二月在"特懋克"(打铁节)的三天节日活动中,以及祭鼓神("司土拉")的第一、二天晚上,都要跳厄扯啯。舞蹈没有大跳的动作,具有朴实,稳重,刚劲的风貌。

流传于基诺区巴卡等七个乡的习俗舞蹈"刹锅克",唱词较为精炼,舞蹈以优雅、文静、整齐为特点(现已濒于失传),现在司土乡司土老寨尚保存有刹锅克的部分舞蹈场面。过去在刹锅克的活动中,由青年组织类似纠查队的"若科玛"维持现场秩序。活动的这一天,在新房里可以与往日情人接触怀旧,只能谈情不能纵欲;夫妻之间虽说互不干涉,但如有越轨的苗头,马上就被"若科玛"遣送回家。现在已不存在这些情况了。

基诺族的少年儿童从小就得到民间歌舞的熏陶。根据年龄及活动内容,凡五至十二岁的孩子,均要参加类似幼儿园的组织"诺栽尼柯",主要是在寨子中心游戏玩耍及唱歌跳舞。儿童舞蹈有"雀罗起戈雀罗","勒利锅勒泼","牙莫迫迫"等。十三岁至婚前的青少年每天晚上都要到公房("尼高佐")里纺线、歌舞娱乐,但不能在公房里谈情说爱。舞蹈"竹骨能"是在公房外面大场子上进行的歌舞,他(她)们在舞蹈中可以放开歌喉高唱,也可以娓娓细语。基诺族每个乡、村几乎都有青少年歌舞,舞蹈形式多种多样,舞姿活泼大方,多以载歌载舞形式进行,一般无伴奏。

基诺族自古有重丧事和以舞送葬的习俗,他们确信用欢乐的歌舞来为死人送行是十分必要的。基诺族在丧葬礼俗中形成了一套舞蹈程式,主要有"遮克追"、"打克锅"、"阿嫫松铁祭"、"托跻卡"、"司秋"、"司们"等。丧葬祭祀舞分为只舞不唱和边唱边舞两种,舞蹈形式有独舞、双人舞、三人舞和集体舞,队形以围圆圈最常见。舞蹈的特点是庄严肃穆较为深沉。舞蹈动作多以脚的律动为主,手部有简单的动作,不甚突出。少数舞蹈,如阿嫫松铁祭,头戴笋壳面具,手执道具舞动。舞蹈中用动人的歌词,委婉的音乐来表达他们悲切的感情。音乐多为杵击乐,从它的伴奏里可以看出古老杵乐的痕迹。

"跳笙"据基诺族老艺人讲"是老辈一代一代传下来的"。但基诺语中无"笙",舞蹈时的歌词亦不唱基诺语。据说跳笙是大批内地茶商和马帮前来基诺山做生意时传入的,年代并

不太远。舞蹈时用小三弦伴奏,唱词内容一般即兴而作,跳舞时跟随弦(即弹弦师傅)围圆环舞,有简单队形变化。舞蹈主要有"合脚笙"、"对脚笙"、"羊打架"、"摇头笙"、"叉挂笙"、"跳笙"等套路。跳笙深受基诺族人民喜爱,现在已是结婚喜宴,或过年节及平常晚上串寨时,都要跳的一种自娱性舞蹈。

基诺族的民间舞蹈是基诺族社会生产、生活的客观反映,同基诺族发展历程和文化风俗等纵横交错在一起,有着古老的传统和悠久的历史文化内涵,并有着浓郁的民族风格。

(执笔:李金印)

# 大 鼓 舞

## (一) 概 述

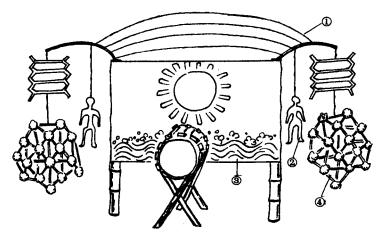
"大鼓舞",基诺语为"厄扯啯"。在民间有这样的传说:远古时期,基诺族始祖阿麦腰白创造万物,唯独没有造水。一天,阿麦腰白造出了水,但洪水一出现就淹没了大地。阿麦腰白又造了一个大鼓,把幸存下来的"么赫"、"么妞"兄妹俩放在大鼓里,随洪水飘流。洪水退后,大鼓就在"司基作密"(祖先的公共墓地)停了下来,么赫、么妞从鼓里走出,在这里耕耘,繁衍了基诺人民。为了感谢阿麦腰白用大鼓把基诺人送到了人间,因此,基诺族每逢年节就要敲起大鼓,跳起大鼓舞。

大鼓舞,多在以下三种情况下跳:第一,每年农历二月,基诺族在"特懋克"(打铁节)来到之时,人们在主祭人"卓巴"(村社头人之一)家搭一临时祭台,中间用竹篾扎架,架子之间蒙布画彩虹及洪水传说中的大鼓,下面摆放大鼓一面(见"祭台布置图")。举行祭祀仪式时,首先,由卓巴、"卓畲"(村社头人之一)、"可婆罗"(村社里管账者)代表基诺族三个姓氏手拿祭品(熟鸡蛋),口念祭词,然后由卓巴将葫芦瓢里的生米撒向大鼓面,并将两片槟榔叶分别搭在鼓架上。事毕,卓巴接过鼓槌敲响大鼓,由青年人跳起大鼓舞。

第二,在每年农历三月祭献家神"铁罗嫫嫫米遮"时跳。这一天,人们将大鼓挂置于楼掌台柱子上,跳舞的人聚集在楼梯前面的空地上围成半圆起舞,由击铓者站于中间,边击铓边原地舞动,站于一旁伴奏的大鼓及击镲者不参加舞蹈。这就是老年人跳的大鼓舞,基诺语为"司土唱"。

第三,基诺族的大鼓,过去按规矩只能放在两个主要的村社头人卓巴或卓畲家中。因此,凡遇卓巴或卓畲家盖新房,就要在附近搭一简易便棚放置大鼓,活动的第一天要在卓

巴或卓畲家举行仪式,再由卓巴敲响三声大鼓后即可跳老年人跳的大鼓舞,第二、三天继续跳青年人跳的大鼓舞。



祭 台 布 置 图 ①竹篾搭成的彩虹 ②笋壳制的神像 ③布画 ④竹扎架,上缀彩花

大鼓舞由于流传地点不同,分别被称为"厄扯啯"、"阿栖拉布啯"、"剽之啯"等。

关于大鼓舞的舞源和演变,据老艺人讲最早出现的是司土啯,是祭祖时跳的仪式舞蹈,由"七老"(统管村社事务的人)参加。继之出现的是由巫师"白腊泡"跳的男性独舞。因是白腊泡跳的大鼓舞,因此得名"白腊泡司土啯"。动作有跳神的特点,舞蹈进行中只舞不唱,锣鼓点伴奏者不参与舞蹈。

后来在老年跳的大鼓舞基础上,演变为青年人跳的大鼓舞,基诺语称"厄扯啯"。舞时由伴唱者伴唱,唱词内容是"巴朴"、"巴漂",属情歌。舞蹈动作由"乌攸壳"、"哩列玛厄扯 啯"组成。"哩列玛厄扯啯"动作时,手要举过头,这是对老前辈的尊敬。舞者为男性,妇女只能在鼓的背面击鼓伴奏。

三种大鼓舞,锣鼓点都是一个,不同之处在于青年人跳的大鼓舞,鼓前击鼓者同时也是舞者,而由"白腊泡"跳的大鼓舞和老年人跳的大鼓舞,击鼓者不参加舞蹈。

大鼓舞风格粗犷、大方、稳重,整个舞蹈给人以向上奋起的感觉,动作柔中带刚,双腿交替,腰腹部较为平稳,从中可以看出基诺族粗犷的民族传统气质在舞蹈动律上的反映。

# (二) 音 、乐

## 乌 攸 壳

1 = G 中速稍慢

$$\frac{2}{4}$$
  $\frac{\dot{2}}{\dot{2}}$   $\frac$ 

$$\frac{2}{2}$$
  $\frac{2}{2}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{2}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{2$ 

$$\frac{5}{5}$$
  $\frac{2}{2}$   $\frac{2}{2}$   $\frac{6}{4}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{2}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{3}{4}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{6}{4}$   $\frac{5}{4}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{2}{2}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{5}{4}$   $\frac{2}{4}$   $\frac{2}{2}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{5}{5}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{2}{5}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{6}{6}$   $\frac{5}{6}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{2}{6}$   $\frac{2$ 

① 传说,过去掌握着生杀大权的人住在巴亚村。

② 乍累和乍阁是两兄弟,分家后各自建了一个寨子,就是现在的乍累村和乍阁村。

## 司土啯锣鼓点

传授 沙 车(基诺族) 记谱 杨 荣

中速稍慢

锣 鼓 字 谱	(4 切约	切切り	的切	约夺	<u> </u>	ग्र भा	约切	<u>约 夺</u>	
鼓 I	2 X X	<u>x x </u>	<u>(                                    </u>	<u>x x   x</u>	<u> </u>	<u>x</u>	<u>x x</u>	<u>x x</u>	
鼓I	2 X X	<u>x o</u>   <u>x</u>	<u> </u>	<u> 0</u>	<u> </u>	<u> </u>	0 X	<u>0 X</u>	
镲	$\frac{2}{4} \stackrel{\wedge}{X} \overline{X}$	t刃 t刃   组       x x   2       x o   2       x x x   2       x x x   2       x x x   2       x x x   2	$\frac{x}{x}$	$\frac{\hat{\mathbf{x}} \cdot \bar{\mathbf{x}}}{\hat{\mathbf{x}}} \mid \frac{\hat{\mathbf{x}}}{\hat{\mathbf{x}}}$	$\frac{1}{x}$ $\frac{\hat{x}}{x}$	<u>x</u>	$\frac{\hat{\mathbf{x}}}{\mathbf{x}}$	$\hat{\mathbf{x}}$ $\bar{\mathbf{x}}$	
铓	$\frac{2}{4}$ X	x   x	(	(   x	X		x	x	

曲谱说明: 1. 该锣鼓字谱为民间传统读法; 2. 鼓由二人演奏, 鼓 I击鼓后面为舞者伴奏, 鼓 I击鼓前面; 3. 镣诺中"\" 为擦边击。

## 特莫阿咪①

1 = F 慢速

传授 白腊资(基诺族) 记谱 杨 荣

$$\frac{4}{4} \quad \frac{5 \cdot 5 \cdot 5}{5 \cdot 2} \cdot \frac{5 \cdot 2}{4} \cdot \frac{2^{\frac{1}{4}}}{6} \cdot \frac{50}{4} \cdot \frac{4}{4} \cdot \frac{5 \cdot 5}{5 \cdot 5} \cdot \frac{10}{10} \cdot \frac{6 \cdot 2 \cdot 5}{6 \cdot 5} \cdot \frac{26 \cdot 50}{6 \cdot 5} \cdot \frac{6 \cdot 2 \cdot 5}{6 \cdot 5} \cdot \frac{26 \cdot 5}{6 \cdot 5} \cdot$$

① 特莫阿咪: 意为过年调,演唱时击铓、镲,每拍一击。

② 过年这个月算作零月,所以一年十一个月。一月三十天,计算方法与农历相同。

## (三) 造型、服饰、道具

## 造 型







男 子

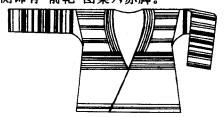
女子

白腊泡(巫师)

## 服 饰(除附图外,均见"统一图")

1. 男子 头缠长 5 米左右的自织蓝色包头布,穿自织白布做的无领开襟短衣(背面绣有"月亮花"图案)、自织白布做的扭裆裤(裤侧饰有"箭靶"图案),赤脚。

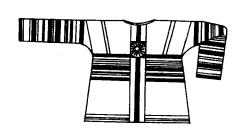




男头饰

男上衣(正面)

2. 女子 头戴自织白布做的三角帽,穿自织黑色或深蓝色布做的无领开襟短衣、菱形围兜、自织白布上缝制条纹图案的短裙,小腿系裹腿布,赤脚。

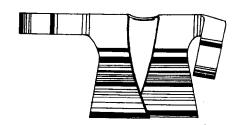


男上衣(背面)



男裤(侧面)





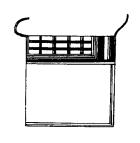


女头饰

女上衣

菱形围兜

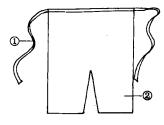
3. 白腊泡(男巫师) 头戴五丫帽,穿黑色对襟布纽扣衣、黑色扭裆裤,系镶红边、开前 叉的白色长围腰,赤脚。



短 裙



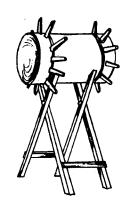
五 丫帽 红纸花 ②银饰 ③亮片



长围腰 ①红布带 ②白细布

## 道具

大鼓 长约 150 厘米,直径 80 厘米,用甑子木制作鼓身,蒙牛皮。舞时置于木制鼓架上。鼓身材料要选用树尖未曾折断过的树干,砍倒后将树凿空抬到寨边,由氏族长和每个姓氏的长者一齐制作。鼓槌为木质,长约 30 厘米,槌头包布。



大 鼓



鼓 槌

# (四) 动作及跳法说明

## 司 土 啯

#### 动作

## 1. 约卡玛厄扯唱

做法 左脚前伸以脚掌点地,右腿屈膝脚跟离地,一拍一次压脚跟,双手半握拳抬于胸前,左手在右手外,拳心向胸,双手交替由内经上提往外互绕,每两拍绕一圈(见图一)。

#### 2. 特莫阿咪

第一拍 左脚向左横迈一步,双手半握拳拳心向上自小腹前向两旁分开,眼视前。

第二拍 右脚向左上步顺势左转半圈成"正步"踮脚尖站立,双膝稍屈,上身前倾,提 胯稍往右送出,同时双臂微屈,双手提起经前盖下,顺势分划至身后两侧,眼视右旁(见图 二)。



图一



提示:原位做此动作时,反复做第一至二拍动作,如需向前行走则第三至四拍做第一至二拍的对称动作。

#### 跳法

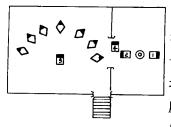
击鼓者甲(II) 男,站在鼓的背面,简称"1号",击鼓时按曲谱中的"鼓 I"击鼓。

击鼓者乙(②) 男,站在鼓的正面,简称"2号",击鼓时按曲谱中的"鼓Ⅰ"击鼓。

击铓跳舞者(图) 男,领舞者,简称"3号"。

击镲伴奏者(团) 男,简称"4号"。

男性老人(♦) 7人,均是管理村寨事务的头人。



阳春之月基诺族的人们聚集在卓巴家举行祭祖的跳鼓活动,跳前要进行敬鼓仪式,仪式结束后由卓巴将鼓槌交给鼓2号,由鼓2号到七位老人面前邀请他们跳舞。七位老人进入舞场,在锣鼓点的伴奏下,七老反复做"约卡玛厄扯啯"。然后在原位反复做"特莫阿咪",尽兴结束。击铓者始终在七老身前每拍击一下铓并随之左右移动重心。

## 厄扯啯

#### 动作

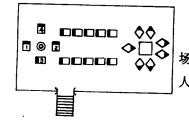
## 1. 乌攸壳(拜神灵)

做法 左脚向前上一步,右脚跟离地,上身前俯,双臂向左前平抬,拳心相对从左平划 至右前,如邀请客人状,眼随手。此动作可原地做,亦可走"碎步"做。

#### 2. 嘿列玛厄扯嗰

做法 右脚前伸以前脚掌点地,左膝微屈,左脚一拍一次压脚跟,身体 每拍随之颤动一下,随着压脚跟,左、右手在胸前一拍一次交错向上举(见 图三),上身随手向左右小幅度摆动。

## 跳法



参加跳此舞的人及所使用的乐器均与《司土唱》相同。 场地上增加了一张供桌(□),伴舞者为男青年(□),人数为十人。

图

## 《乌攸壳》

〔1〕~〔12〕 鼓 2 号边唱边向卓巴发出邀请,卓巴祭拜完毕后蔽三下大鼓,并将鼓槌 交给鼓 2 号。

〔13〕~〔26〕 鼓 2 号边唱边做"乌攸壳"动作,"碎步"走到伴舞者身前,邀请伴舞者跳舞,伴舞者在纵排队形上原位做"特莫阿咪"动作。

伴奏者反复奏〔司土啯〕的锣鼓点,伴舞者围成圆圈,反复做"特莫阿咪"动作,逆时针方向行进,鼓2号在圆心做"嘿列玛厄扯啯"动作,大鼓、铓、镲同时移至圆心,兴尽舞终。

## 白腊泡司土咽

#### 动作

1. 尼咪

第一拍 右腿屈膝为重心,左腿勾脚前伸,脚跟点地,左臂屈肘向左 前抬起,身稍向右后仰,眼视左前(见图四)。

第二拍 左脚、左手收回,眼视前。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 双脚跳起,空中屈双膝,同时双手半握拳做"分掌"至 两旁。

第七~八拍 反复第五至六拍动作。

2. 扎可罗

第一拍 左脚向左前先跺地再擦出成脚尖点地,同时左臂屈肘抬向左前,拳心向上,眼视左前。

第二拍 左脚压脚跟一次,同时左臂抬肘翻腕成拳心向下。

第三~四拍 左臂不动,其它做第一至二拍的对称动作。

第五拍 站"小八字步"双脚跟踮起,上身前俯,双肘再上抬一下,眼视下方(见图五)。

第六拍 双腿成"小八字步半蹲",同时压脚跟,双肘向下压,双手外翻腕成拳心向上,眼视前。

第七~八拍 反复第五至六拍动作。

图四

图五

## 跳法

这个舞蹈是巫师"白腊泡"祭家神时跳的独舞,在[司土啯锣鼓点]的伴奏中反复跳"尼米"、"扎可罗"动作。

# (五) 艺人简介

沙 车 男,基诺族,西双版纳州景洪县基诺区雅巴乡雅中寨人,1932年出生,小学文化程度。现为州、县政协委员,西双版纳州文联委员,全国政协委员。

沙车于 1951 年参加工作,由于工作热情负责,熟悉文艺,1980 年调至基诺区文化站工作。沙车是基诺山广大群众一致公认的"基诺族历史懂得最多的一人"。多年来凡是到基诺山调查基诺族历史社会等资料的全国各方面的专家学者都要找他,许多弄不清的问

题,当地老艺人们都说:"问沙车就知道了"。他熟悉掌握基诺族的民间舞蹈,他为基诺族业余演出队编创了"弄鸡舞"、"竹简舞"、"采茶舞"、"朋友"等数十个节目。他创作的"托克卡"(竹竿舞)是对基诺族传统祭祀舞蹈的发展。演出后,在群众中有较大的影响,节目曾到昆明等地演出。

传 授 沙 车(基诺族)

编 写 李艺红

绘 图陈恒、刘永根

资料提供 杨 荣

岩 庄(傣族)

赵云鹏(傣族)

执行编辑 李金印、潘 琪

# 姑 娘 舞

# (一) 概 述

流传于景洪县基诺区补远乡的"姑娘舞"(基诺语称"竹骨能"),是基诺族少女常跳的自娱性集体舞。舞蹈没有时间、地点、人数的限制,动作也很简单。每当皓月当空的夜晚,在基诺寨子里较平整的地方,就可以看到姑娘们双手平伸相互搭肩连臂,边唱边围圆扭胯起舞的场面。动作以屈膝蹲跳时,臀部向上撅起并左右摆动为特色。舞姿端庄,步伐轻盈,通过音乐节奏的变化和舞姿的变动,充分表现了少女娴静的形象。

# (二) 音 乐

## 特圈跳

$$\frac{5}{4}$$
 2 - 5 -  $\frac{1}{111}$  |  $\frac{4}{4}$  2 -  $\frac{4}{2}$  2 -  $\frac{1}{2}$  1 |  $\frac{1}{4}$  - 1  $\frac{5}{5}$  5 |  $\frac{1}{1}$  0 | 2  $\frac{4}{2}$  2 - |  $\frac{1}{2}$ 

## (三) 造型、服饰

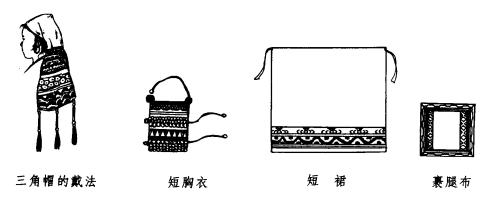
## 造型



乌攸女舞者

#### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

乌攸女舞者 头戴长形三角帽,胸前褂短胸衣,穿半截紧腿裤,外面穿黑色无领长袖对襟衫、白短裙,小腿系裹腿布,赤足。



## (四) 跳法及动作说明

#### 跳法

在寨子里的平地上,姑娘们边唱边围成圈,面向圆心搭肩连臂,反复做以下八拍动作逆时针方向移动。无限反复,兴尽为止。

#### 动作

准备 面对圆心,站"小八字步",双手互搭肩。

第一~二拍 双腿屈膝,脚跟向右碾一次,同时臀撅起向右扭,身向左拧,头微左倾,眼视右前(参见"造型图")。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 右脚向右横迈一步,同时双膝伸屈一次,臀微撅,上身微前俯,头微左倾。

第七~八拍 保持上身姿态,左脚靠于右脚旁成"正步",双膝伸屈一次。

传 授 李章保(基诺族)

编 写 李艺红

绘 图陈恒

资料提供 杨 荣、赵云鹏(傣族)

岩 庄(傣族)

执行编辑 李金印、潘 琪

# 儿 童 舞

## (一) 概 述

基诺族的"儿童舞"(基诺语称"佐交交麦")流传甚广,几乎每个基诺族村社都有。舞蹈的队形多种多样;有的围圆拍手跳,有的排成两行跳,有的围圆勾脚单腿跳,有的拉手跺脚跳,有的围圆相互对面拍打臀部两侧跳。舞姿活泼大方,天真烂漫,多是载歌载舞,一般无伴奏。歌舞动律特点是跺脚、屈膝,跺脚时似被火烫了一下,抬腿敏捷快速;屈膝半蹲跳时身体微有颤动,形成活泼而不轻狂,稳重而不压抑的风格特点。

基诺族少儿经常跳的舞蹈有《腰么拉那是星星吗?》(基诺语称"布基拉腰么拉")、《进和退》(基诺语"斯诺罗畲")、《小鸟笼子》(基诺语"雀罗起戈雀罗")、《搭脚跳》(基诺语"阿基作车")、《比高比矮》(基诺语"的比的比")、《一脚两脚》(基诺语"特角尼角")、《翻过来翻过去》(基诺语"勒利哥勒泼")、《灰母鸡》(基诺语"牙莫迫迫")等。下面介绍具有代表性的《灰母鸡》和《翻过来翻过去》。

## (二) 音 乐

## 灰母鸡

1 = <sup>b</sup>B 中速稍快

传授 木腊基(基诺族) 记谱 杨 荣

 2/4
 3
 5
 i
 i
 5
 6
 6
 5
 3
 0
 6
 6
 5
 3
 3
 5

 灰色
 母鸡(呀)
 优美地
 跳,
 优美地
 跳(那个)

 1798

6 <u>6 5</u> 3 0 **1** 优 美地 跳。

## 翻过来翻过去

传授 沙 麦(基诺族) 记谱 杨 荣

1=F 中速稍快

 2
 4
 2
 5
 3
 2
 6
 2
 6
 1
 2
 5
 8

 翻 去(呀) 翻 来, 翻 来(吆) 翻 去。

## (三) 服饰和跳法说明

#### 服饰

男童、女童服饰同成人。女童的帽尖向上,不可歪斜(帽尖歪斜代表已婚)。

## 《灰母鸡》的跳法

孩子们围成圆,面对圆心,边唱边跳。

第一~二拍 右脚向前跳一步,左脚紧靠右脚成"正步半蹲",同时双手每拍拍打臀部 一下。

第三~四拍 左脚退跳一步,右脚紧跟左脚成"正步半蹲",同时双手每拍拍打臀部一下。

每唱一遍,做以上动作四次。然后任意反复,直至尽兴。

## 《翻过来翻过去》的跳法

每二人为一组,面相对站"小八字步",双手前抬与对方手相拉。边唱边跳,动作如下(以甲为例,乙做甲的对称动作)。

第一拍 双脚原地跳一次,落地屈膝。

第二拍 双脚向右跳转四分之一圈,右手上举。

第三~四拍 双脚继续每拍向右跳转四分之一圈,双手随身而上举、下落。

然后不断反复做第三至四拍的动作,直至尽兴。

传 授 老沙车、白腊扭、沙 麦 木腊基(均为基诺族) 编 写 李艺红 资料提供 杨 荣、沙 车(基诺族)、赵云鹏(傣族) 执行编辑 李金印、潘 琪

# 丧 葬 舞

## (一) 概 述

景洪县基诺族村寨中,普遍流传着一种"丧葬舞",作为丧事活动的组成部分而世代流传。

丧葬舞因死者年龄、身份的不同而具有不同的形式及特定的礼仪,具体的跳法各村寨 也不尽相同。

流传于勐旺区补远乡的"安息"舞(基诺语为"司们"),是为未婚的女青年办丧事时跳的丧葬舞蹈。年轻的姑娘未嫁而逝,就要由她生前的小伙伴们来为她"送魂",跳安息舞。舞时,男青年不参加,只有姑娘们手拉着手,围成圆圈,面向圆心,顺时针方向侧身移步,边歌边舞。舞步单调压抑,歌声哀伤低沉,充满了悼念惜别之情。此舞只跳一夜。

基诺区巴卡乡巴卡村的"跳竹片"、"打克锅"系男性独舞。是成年人死后跳。把尸体摆放于屋内停尸处。伴奏者三人坐成三角形,每天手执一片宽竹片,击地出声为伴奏,舞者双脚合并先跳三下,再由竹篾上面一跳而过。如此周而复始的跳。"敲春米棒"("托脐卡"),流传于基诺区巴卡乡巴卡村。是老年人死时跳的丧葬舞。舞之前在死者家的楼梯下面,栽一棵木桩,两边各放春米棒两根。两人或四人蹲于春米棒的两端,手握春米棒相互碰击发声。跳时,舞者立中间,双手抱木桩,单腿轮换向春米棒中间点跳,时间不限,动作干净利落。

流传于勐旺区补远乡的"安葬舞"("司秋"),也是老年人死时跳的丧葬舞,晚上在死者家男女各半分开拉手围圆,边唱边跳,一个乐句变换一个动作,感情深沉、缠绵。尸体停几个晚上,就跳几个晚上。

基诺族村寨,由七位最高寿的老人组成长老领导集团。"七老"成员死后,有特殊的丧葬仪式。首先要跳丧葬舞。老人死后,把遗体停放于屋中大人停尸处,从死亡的当天晚上开始,每天晚上都在死者家跳丧葬舞,一般要跳四至五天,直至埋葬之日的早饭后。土葬之前,先要为死者在墓地盖一间小房(表示给死者安排新家),盖好小房,才把死者装殓入棺。之后舞者把舞蹈服装带好,参加出殡。葬毕,舞者在墓地穿好服装(男扮女装),带上干笋叶制的面具与死者亲属一齐回家。到家后,再跳丧葬舞。流传于勐旺区补远乡的"今晚要跳鬼"("阿嫫松铁祭")就是这种专为"七老"死后跳的丧葬舞。

跳前先在歌舞地点栽一棵木桩,上面挂一面铓;地下铺一块木板,舞蹈时踏在木板上会发出嘭嘭的响声。领舞者手握铓槌与两个伴舞者站成三角形,伴舞者双手持竹筒,相对而舞。有歌者在一旁伴唱,击铓伴奏。整个气氛显得悲哀沉痛,肃穆庄重。

跳丧葬舞时男女舞者的服饰均同"大鼓舞",只是在跳《今晚要跳鬼》时,有一人戴上用干笋叶制成的面具。

## (二)代表舞段

## 跳竹片

本舞段由四名男子表演,其中三人(甲、乙、丙)各手持一根长约  $1.5 \times 0.5$  8 厘米的 竹片的一端,面对圆心,呈三角形坐在小板凳上,以竹片击地为节,慢速,节奏为  $\frac{2}{4} \times 1.5 \times 1.5$  X  $1 \times 1.5 \times 1.5 \times 1.5$  X  $1 \times 1.5 \times 1.5 \times 1.5$  X  $1 \times 1.5 \times 1.5 \times 1.5 \times 1.5$  X  $1 \times 1.5 \times 1.5 \times 1.5 \times 1.5 \times 1.5$  X  $1 \times 1.5 \times 1.5 \times 1.5 \times 1.5 \times 1.5 \times 1.5$  X  $1 \times 1.5$ 

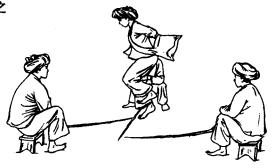
第一~三拍 丁立于甲、乙所持竹片之间,双腿屈膝,每拍跳一下。

第四拍 跳过乙所持的竹片(见图一)。

第五~八拍 动作同第一至四拍,跳 过丙所持竹片。

第九~十二拍 动作同第一至四拍, 跳过甲所持竹片。

按上述跳法,任意反复。



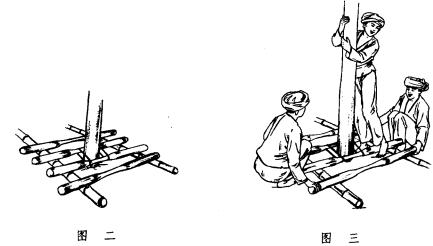
见图一

## 敲舂米棒

在死者家楼梯下的空地栽一根木桩,两旁平行放置四根舂米棒,棒下两端各横置一根

竹筒,将与木桩相靠的两根春米棒用绳绑牢(见图二)。两名男子(甲、乙)面相对蹲在春米棒的两端,双手各握一根未被捆绑的春米棒的一端,按<sup>2</sup>节拍击节。另一名男子(丙)双手抱木桩,右脚站在被绑起的两根春米棒之间,左脚稍提起。动作如下:

第一拍 甲、乙双手用春米棒向下击竹筒一下; 丙提左脚至身左侧的两根春米棒之间 点一下地(见图三)随即提起, 右腿顺势屈伸一次。



第二拍 甲、乙动作同第一拍;丙双脚换脚跳,左脚收回至原右脚位,同时右脚提起。

第三拍 甲、乙动作同第一拍; 丙做第一拍的对称动作。

第四拍 甲、乙双手向中间平划,用春米棒与绑在木桩上的春米棒相击一下再划回原位; 丙做第二拍的对称动作。

第五~八拍 甲、乙动作同第一至四拍; 丙做第一至四拍的对称动作。

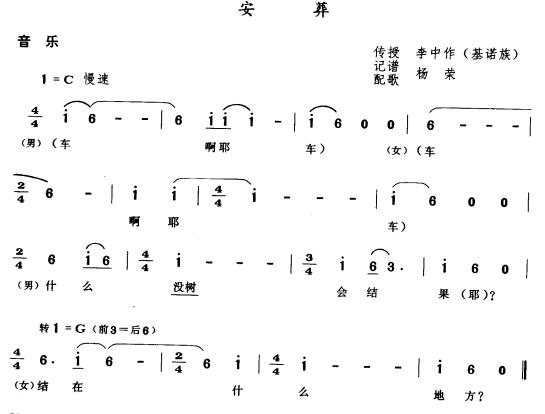
然后,按上述跳法任意反复。

## 安 息

#### 音 乐

#### 跳 法

此舞是女性跳的祭祀舞蹈。人数不限,全体拉手成圈,双手下垂,低头敛目,边唱边舞(无伴奏)。唱第一句词时,左脚向左横迈一步,重心缓慢地移向左脚。唱第二句词时,右脚缓慢地靠向左脚,双膝稍屈,重心渐移至右脚。情绪低沉地任意反复,顺时针方向移动。



#### 跳法

此舞是老年人跳的丧葬舞。人数不限,男半圈、女半圈,全体拉手成圈,边唱边舞(无伴奏)。每唱一句歌词做一遍动作:右脚向右上一步,重心随之缓慢地移向右脚,双膝微屈,左脚跟离地,同时双手渐向后甩,上身前俯,目视下方。然后左脚渐靠向右脚为重心,身渐直起,双手随之渐向前甩,头微抬,目视前下方。

按上述跳法,边唱边舞,任意反复,逆时针方向移动。

## 今晚要跳鬼

这是基诺族村寨长老集团的成员去世后,村民们跳的丧葬舞。舞时由乐手在场外击铓 和竹简伴奏,歌手在一旁悲伤地演唱《敲起竹简跳起舞》烘托气氛,舞者只按[击乐点]节奏 起舞。

## 击乐点

传授 沙 车(基诺族) 记谱 李金印

## 敲起竹筒跳起舞

传授 张叉保 (基诺族) 记谱 杨 荣 配歌

35.
 5
 3
 3
 5
 
$$|$$
  $\underbrace{6^{\frac{1}{6}}}_{6}$   $|$  5
 -
 -
 |
 1
  $|$   $\underbrace{5 \cdot 6}_{5 \cdot 6}$   $|$  5
 3
 |
 1
  $|$  41
  $|$  20
 0
 |

 不跳
 三
 步(尼) 要
 合
 拍。
 財
 起
 三
 步(尼) 要
 合
 拍。



戴面具者

## 服饰

三名男子均穿着女子服饰,其中一人戴干笋叶制成的面具(在额头部位用绳子把面具系牢,再将带绿叶的枝条插入面具的系绳内作装饰)。

#### 道具

- 1. 铓槌(见"统一图")
- 2. 竹筒 截取长约 50 厘米的一段竹筒。
- 3. 木板 长方形,大小随意,适合舞蹈需要即可。

## 戴面具者的动作

1. 舞铓槌

准备 右手握铓槌,面向铓站"小八字步"。

第一~二拍 左腿勾脚前抬 45 度,同时右腿屈膝、脚跟踮一下,身体随之颤动一下,右手从右经上向左划一个圆,然后左脚收回。

第三~四拍 落左脚,做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 落右脚做左"前吸腿"顺势向右转一圈,右手动作同第 一拍。

第七~八拍 同第三至四拍。

2. 击铓锣

第一~二拍 双腿"正步半蹲",向前跳一步,上身微俯。

第三~四拍 起双脚向左跳转四分之一圈,同时右手从左经上向右 于第三拍击铓一次(见图一)。



干笋叶制面具



图一

## 执竹筒者的动作

#### 1. 碰竹筒

准备 二人面相对,站"小八字步",双手执竹筒于胸前(见图二)。

第一~二拍 二人右腿前吸 45 度,同时左脚跟踮一下,左膝向下颤两次,双手执竹简向右后下方捅出,然后右脚收回(见图三)。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 双腿"正步半蹲"向前跳一步,双手横抬竹筒于胸前向前伸出。

第七~八拍 甲双脚向右跳转四分之一圈成"正步半蹲",出左胯,双手向右稍横甩一下,随即向左捅出与对方竹筒相击(见图四),乙做对称动作。



## 2. 跳步横走

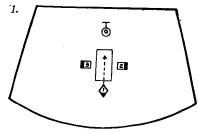
第一~二拍 双膝一拍向下颤一次,左脚向左跳一大步,右脚随之**靠拢**,同时双手执 竹筒向左横捅两次。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作,但幅度较小。

第五~八拍 反复第一至四拍动作。

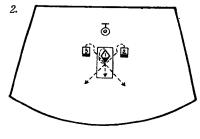
## 场记

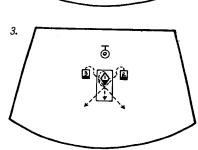
舞蹈在死者家中进行,地上放一块木板(□),木板后栽一根木桩,上面挂一面铓锣(⑤)。舞者三人(□)~(⑤),1号戴面具,手持铓槌;2号和3号持竹筒。



击乐点第一遍 1 号在木板前面对铓锣做 "舞铓槌"走上木板;2 号、3 号在木板两侧面相对做"碰竹筒"。

第二遍 1号在木板上面对铓锣做"击铓 锣"两次(第二次仍从面对铓锣开始);2号、3号 从面相对开始做"碰竹筒"。





第三遍 1号转身成背对铓锣,在木板上做"舞铓槌"走至木板前沿处;2号做"跳步横走",3号做2号的对称动作,二人如图示走斜线穿过木板各至箭头处。

第四遍 1号转身成面对铓锣做"舞铓槌" 走至木板后沿处; 2、3号各做第三遍的对称动作,按原路线返回原位。

然后反复跳第二至四遍动作。

# (三) 艺人简介

张切勒 女,基诺族,农民,景洪县勐旺区补远村人,1917年生。是现今尚会跳丧葬舞《司秋》、《司们》的艺人中年龄较大者之一。

**李保生** 男,基诺族,农民,景洪县勐旺区补远村人,1930年生。会跳丧葬舞《阿嫫松铁祭》、《司秋》,村中办丧事都要请他跳舞。

切 尾 女,基诺族,农民,景洪县基诺区司土乡司土老寨人,1924年生,是司土老寨会跳《刹戈克》、《司土啯》的艺人中年纪最大者之一。

传 授 李章保、李必作、张切勒、李志们、阿 肖、纳白勒兹木拉、遮 里、李保生、张保生、张叉保、李应生沙 车、木 扯(以上均为基诺族)

编 写 李金印

绘 图 陈 恒

资料提供 杨 荣、岩 庄(傣族)、赵云鹏(傣族)

执行编辑 李金印、潘 琪



# 水族舞蹈

主 编 潘 云 责任编辑 丁 超



# 水族民间舞蹈概况

云南水族大部分居住在富源县的古敢乡、富村乡,少数在宣威县的文兴乡、阿都乡。 水族聚居区多系高原河谷槽区,境内山高谷深,崎岖不平,但水利资源丰富,气候炎热,土地肥沃,主要农产品为水稻、玉米、油菜、姜、花生。

从清初到鸦片战争的二百年间,由于生产工具的改进,水族在较平坦的土地上开垦了很多水田,在山区也开辟了梯田,改变了过去"刀耕火种"的习惯,粮食产量有了增长。并出现少量从农业分离出来的独立手工业作坊,商业也有所发展。

水族语言为汉藏语系壮侗语族侗水语支。但水语现在只有五十岁以上的老人才会讲。 水族有一种古老的文字,称为"水书",主要为巫师"老摩"用以占卜。自清末以来,由于长期 与汉族杂居,其服饰语言风俗新同于汉族。老幼均讲汉语,习汉文。青年人常穿汉族服饰, 民族服装要到节日盛会才穿。

据宜威县阿都乡八家寨水族《罗氏家谱》记载,祖籍为南京应天府竹子巷柳树村。后迁广西,明洪武年间随付友德手下的一位陈大人征南入滇。先居住迤南,清康熙年间迁八家寨安居至今。

居住在富源的水族,清代以前称"仲夷"(水族)据光绪《平彝县志》记载:"仲夷,习俗俭约,男女皆事犁锄,短衣、长裙,好水滨。相传因宋时流罪人投荒者,祀祖犹类华族"。大约是在宋朝年间到富源定居的。

水族的住房有平房和楼房两种,平房一般有三间,中间一间作堂屋,两侧住人。楼房上 层住人,下层关牲口,上层大部份分为三间,房屋多用杉木,松木建成。

水族信仰原始宗教,水井、巨石、大树、山洞等自然物都是崇拜的对象。从事巫教活动的巫师称为"老摩",巫教法事称为"跳神"。凡生死、疾病、灾荒都要请老摩占卜念经,杀牲祭鬼。这种信神不信医的原始宗教观念,1949年解放以后已逐步淡化。现在巫教法事多用于祭祀。

水族内部存在封建宗法制度,宗教和家庭成员间辈份很严,平辈兄弟姐妹间,长者为大。婚姻为一夫一妻制,除同姓同宗不婚外,与其他族可通婚。结婚之前,先要请媒人到女家要"红庚"(生辰八字),女方同意后,男方要送聘礼,女方计财陪嫁。结婚三天后,新媳妇回娘家。新婚初期,新娘在夫家住的时间很少,一般要过半年以后才在夫家长住。

水族的节日很多,主要有春节,二月二祭龙、夏历三月第一个"蛇场天"①祭龙潭,六月六祭秧苗,六月二十二祭山。也过汉族的清明节,端午节、七月十五中元节,八月十五中秋节。民间舞蹈活动以春节较为集中,届时聚居的水族村寨都要组织歌舞队,在邻近村寨演出"金钱棒"、"梳妆舞"、"狮子灯"等歌舞。所到之处,爆竹连天,热闹非凡,水族称为"拜新春"。三月第一个蛇场天"祭龙潭",也是一年中较为隆重的节日,村村寨寨都要设祭台,杀猪、杀牛或杀羊进行祭祀,祈求风调雨顺,六畜兴旺,五谷丰登。男女老少身穿节日盛装,青年人跳金钱棒、欢庆节日。还有的上山打猎,有的对歌,节日共进行三天。据传说,从前有一年,大地干旱,河流枯竭,人类面临死神的威胁。有一个名叫桃仙的青年,冒着生命危险,下龙宫请求龙王帮助。桃仙的精神感动了龙王,终于答应普救人类。于是从山洞中流出了清清的泉水,人们得救了。后来人们为了报答桃仙和龙王的恩情,就规定每年三月的第一个蛇场天为"祭龙潭"节。世代相传,至今一直遵循着这一古老习俗。

水族人民开朗豪爽,热情好客,把尊重他们习俗和喜欢他们歌舞的人尊为贵宾。外人到村子里很受欢迎,"摆白"(叙家常)更是见景生情,出口成章。他们把唱曲子和跳舞当成生活中的最大乐事,也是青年男女之间谈情说爱互表情意的最佳方式。水族人民在长期的生产和生活实践中,把丰富多采的民间小调,歌谣融于舞蹈中。自娱性民间舞蹈金钱棒、梳妆舞在舞蹈中间采用了水族民歌对唱,内容十分广泛,有对古代人类起源和民族迁徙的叙述,有对劳动生产和纯真爱情的歌颂,有对美好生活的向往和追求,内容丰富,情节生动。可以看出,水族自娱性的舞蹈始终以民歌伴舞。

水族民间舞蹈有金钱棒、梳妆舞、跳神、狮子灯。这些舞蹈直接或间接地表现了水族人民的生活情趣、宗教信仰等内容,反映出水族心理素质和文化传统的继承和发展。同时也可以看出历史上水族和各兄弟民族文化交流过程中的变化。舞蹈文化的交往增强了民族自豪感,促进了民族间的团结。如水族"梳妆舞",不仅水族跳,汉族也跳,舞蹈的动作基本相同,仅在名称和动作的细部有区别,各具特色。墨红乡彝族学会了水族舞蹈"金钱棒"并带进了山寨。通过相互间的交流,加深了各族人民之间的相互了解,使各族群众和睦相处。

(执笔:潘 云)

① 即赶集的日子。

# 狮 子 灯

## (一) 概 述

"狮子灯"是一种大型祭祀性舞蹈,每年"拜新春"时,水族村寨都跳此舞,用以祭祀天地、山神和祖先。

狮子灯舞蹈场面大,动作套路多。舞者一般都有师承关系,要先拜师,才能学舞。当地人把精通狮子灯的人称为"狮头",舞队即由狮头带领操练。表演者不仅要有娴熟的基本功,而且要配合默契,否则不能上场表演。

关于狮子灯的起源,民间有一种传说:唐僧西天取经,给水族先民带回了鸡蛋、粮种。取经途中,孙悟空又收服了狮子精,为水族百姓除了大害。为纪念此事,以后每年的正月初一到十五,聚居的水族村寨就要耍狮子灯庆贺。所到之处,爆竹连天,热闹非凡。

狮子灯上场舞者十八人,头戴面具,手舞兵器,服装也各有特色。舞蹈中间有独舞和一部分武打动作。动作粗犷幅度大,具有晃胯、扭腰等特点。有些动作属于即兴表演,转身、走步、武打等动作均有一定的随意性。舞者高兴时,只要鼓声不停,可随意反复,有时要长达两小时左右才能跳完,直至舞得精疲力尽。为烘托气氛,伴奏采用民间打击乐,舞蹈时只须合上鼓点节奏即可。

# (二) 音 乐

传授 郎必亮(水族) 记谱 潘 云

## 锣 鼓 点

 次次
 次
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本
 本<

 次次
 邮次
 邮次
 版次
 次次
 次
 邮当
 次
 0
 次次
 邮次

 XX
 OX
 OX
 OX
 XX
 X
 O
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 X
 O
 O
 O
 X
 O

## 进场锣

	快速								
锣 鼓字 谱	2 次郎	新縣	次郎	睞	郎. 当	邮当	次	0	
钹	$\frac{2}{4} \times 0$	0	<u>x o</u>	0	0	0	x	0	1
堂锣	2 X	0	<b>x</b>	0	0	0	x	0	
马锣	$\frac{2}{4} 0 X$	<u>x x</u>	<u>o x</u>	X	<u> </u>	<u>x x</u>	x	0	

# (三) 造型、服饰、道具

## 造 型









## 服 饰(除附图外,均见"统一图")

1. 大脸子 头戴大脸子面壳,穿黄色短和尚服、紫红色大裆裤、黑布鞋,系红腰带。

面壳的制法:用泥塑成头型,裱上数层绵纸,待纸干后敲碎泥土取下纸壳,按脸谱绘上 大脸子,双眼处镂空,在纸面壳的颈部缀一方花布。

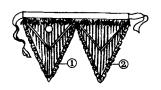
2. 孙悟空 头先系上三角红布巾,再戴上孙悟空面具,穿褐色紧身对襟上衣、红色灯笼裤、黑布鞋,肩披黄、红、绿三色相间的披肩,腰系红、黄两色相间的三角围裙。



大脸子面壳



孙悟空披肩



孙悟空三角围裙 ①前片 ②后片

面具的制法:用泥塑成孙悟空的面部模型,裱上数层绵纸,待纸干后取下纸脸壳,双眼处镂空,按脸谱彩绘,双耳部上方钻孔,穿上系绳。(以下各角色所戴面具制法相同) 1818

- 3. 唐僧 头戴有五佛冠的唐僧面具,颈挂佛珠,穿黄色和尚袍,黑布鞋,披红色长斗篷。
  - 4. 沙僧 头戴沙僧面具,颈挂佛珠,穿粉色花和尚袍,黑布鞋。
  - 5. 猪八戒 头戴猪八戒面具, 穿黑色镶边和尚袍, 黑布鞋。
- 6. 村姑 头戴村姑面具,穿白色紧袖镶边大花领上衣,黑布鞋,腰系紫红色长裙和白色镶边二片裙。





唐僧面具

村姑上衣

- 7. 老奶 头戴老奶脸面具,穿浅灰色和尚袍,黑布鞋,系蓝布腰带。
- 8. 老倌 头戴老倌脸面具,穿深灰色和尚袍,黑布鞋,系蓝布腰带。
- 9. 红孩儿 头戴红孩儿面具,穿粉红花对襟上衣,红色灯笼裤,黑布鞋,腰系红色镶边的两片裙。
- 10. 牛魔王 头戴牛魔王面具,穿褐色花对襟上衣,红色灯笼长裤,黑布鞋,腰系黑色镶边的两片裙。





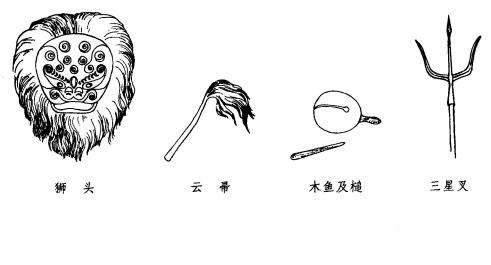
牛魔王面具

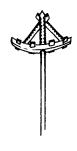
妖魔两片裙

- 11. 铁扇公主 头戴铁扇公主面具,穿红色紧袖镶边大花领上衣,红色中式长裤,黑布鞋,腰系红色长裙。
  - 12. 妖魔 头戴妖魔面具,穿紫花对襟上衣,红灯笼裤,系白色镶边两片裙。
- 13. 二郎神 头戴二郎神面具,穿红色对襟紧袖上衣,红灯笼长裤,披黄色披肩,系红白相间的两片裙,黑布鞋。
  - 14. 观音 头戴观音面具,穿白色对襟上衣,白色长裙,黑布鞋,披白色披肩。
  - 15. 舞狮者 穿红裤,着便衣。

#### 道具

- 1. 狮头、狮衣 按面具的制法制作狮头,周边缀红色麻丝;在长 180 厘米、宽 145 厘米的红布上缀上红色的麻丝即成狮衣。舞时将狮衣的一窄边的中部缀在狮头颈部后方。
  - 2. 云帚 取一根黄牛的尾巴,穿上木棍。
  - 3. 五尺棒 长 150 厘米的木棍。
  - 4. 木鱼、木鱼槌
  - 5. 三星叉 铁叉头,安上木棍,全长 150 厘米。
  - 6. 耥耙 木制,长 150 厘米。
  - 7. 提篮、毛巾、拐棍、凳子 均为日常生活用品。
  - 8. 剑、大刀(均见"统一图")
  - 9. 芭蕉扇 用竹篾和纸制成,全长 60 厘米。
  - 10. 三尖两刃刀 木制,全长 150 厘米。





耥 耙



芭蕉扇



三尖两刃刀

## (四)动作说明

#### 1. 乾坤步绕花

第一~二拍 左脚向前微抬迈向右侧,落地成右"踏步半蹲",同时,双手由两侧向上 划至胸前成交叉状。

第三~四拍 右脚向左前迈一步成左"踏步"后,再回原位收成"大八字步半蹲",双手由下向外划一圈后左手叉腰,右手于"山膀"位挥一下云帚。

#### 2. 双晃手

第一~二拍 左脚起向左走两步,成左"踏步半蹲"的同时,做右"双晃手"两次。

第三~四拍 同第一至二拍。

## 3. 白海一跃波

做法 左脚起一拍一步向前走,走时双膝屈伸,脚落地时略带艮劲儿,上身随步伐前后微闪动,两手在身两旁一拍一次向前划一小圆。

#### 4. 叉腰势

做法 站"大八字步"双膝微屈,双手叉腰,上身稍后仰。

## 5. 猴爪势

做法 左脚在前成左"丁点步"半蹲,双手交叉于胸前,左前右后手腕相靠成猴爪状(见图一),然后,指尖向上,手腕相靠,两手交换位置。该动作可连续做。

#### 6. 端腿望

做法 做左"端腿",右手将棒背于身后,左手抬至右额上方,手心向左, 手指弯屈向左,头随之左右晃动,做眺望状(参见"孙悟空造型图")。

#### 7. 掖腿望.

做法 做右"掖腿",左腿微屈,右手将棒背于身后,左手"托掌",头随之左右晃动,做 眺望状。

#### 8. 双手舞棒

做法 一拍一步向前走,双手握住棒中部由左向右起反复划"∞"形棒花。

## 9. 施礼

做法 做左"端腿",右腿屈膝,双手前伸俯身鞠躬。

#### 10. 敲木鱼

做法 一拍一步向前走,左手持木鱼在胸前,右手一拍一下敲击木鱼。



图 -

11. 挑势

做法 每拍一步向前走,左手握叉扛于肩上,右手在右侧半握拳成挑担势。

12. 八戒步

做法 脚跟用力一拍一步向前走,走时双膝稍颤动,上身微前俯,双手倒背耥耙,在身后不停地捻动。

13. 小崴步

做法 一拍一步小步向前走, 膀随之左右崴动, 双手随身体自然摆动。

14. 老奶步

做法 用脚跟向前走,一拍一步,双腿微屈,上身微俯,两臂屈肘于腰侧随身体自然摆动,头左右颤动。

15. 老倌步

做法 双脚"小八字步",半蹲着一拍一步向前走,上身微俯,两臂屈肘于腹前两侧,自 然摆动。头左右颤动。

16. 双探掌

第一~二拍 左脚向前迈一步,右脚随即跟上成左"虚丁步",左手"提襟",右手拉开成"山膀"。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

17. 虎抱头刺剑

准备 双腿"大八字步半蹲",双手从腰间抽出双剑举至头顶成两剑交叉。

第一拍 左脚上一步成左"前弓步",同时,右手"提襟",左手握剑向前剌一下。

第二拍 左脚收回的同时,右手收至"提襟"位。

第三~四拍 右脚上步成右"前弓步"的同时,左手"托掌",右手握剑向前刺一下。

18. 牛拐势

准备 站"大八字步",两手后背。

做法 两拍一步向前走:上左脚时,头从右向左上方挑起并昂头,上身随之呈下弧线向左前摆动;上右脚时做对称动作。

19. 鹰爪势

准备 双手五指弯屈张开,如"鹰爪"状。

第一拍 双脚跳起落成"大八字步"半蹲。双手由胸前向上分至"双山膀"位,指尖向下。

第二拍 右手做"撩掌"至"按掌"位。

第三拍 左手做撩掌至"按掌"位的同时,右手拉开成右"单山膀"。

第四拍 左手拉开成"山膀",右手不变,同时,双腿直立。

20. 舞刀花

做法 双手握住刀柄中部,以刀刃带动,从左向右起反复舞动"∞"形刀花。

21. 观音步

第一拍 右脚上一步,左脚微提起,胯向右微摆动一下,左手向左甩动,右手甩至腹前。

第二拍 做第一拍的对称动作。

22. 舞狮头

做法 舞狮头者(简称"甲")高举狮头,向前走时将狮头左、右转动,舞狮尾者(简称"乙")在甲身后,上身前俯、弓背,左手扶住甲的腰部,走时右手在身后不停地甩动狮尾。

23. 狮拧身

做法 甲向左后下方拧身的同时,乙将左腿抬起(参见"狮子造型图"),然后,二人再做对称动作。

24. 狮立身

做法 甲"大八字步半**蹲"**,乙从甲身后钻入甲裆下,让甲坐在自己的双肩上将甲扛起,甲双手高举狮头左右拧摆。

25. 引狮势

做法 引狮人面对狮子后退着小跑出场,到场中打一"赞步",接做"穿掌"成左手"提襟"、右"托掌",站左"丁字步"亮相。

## (五)场 记 说 明

大脸子(□) 左手握毛巾,右手握云帚。

猴儿(▼、▼) 男,二人,简称"猴1"、"猴2"。

孙悟空(□) 右手提一根五尺棒,简称"孙"。

唐僧(团) 左手托木鱼,右手执槌,简称"僧"。

沙僧(图) 左肩扛三星叉,简称"沙"。

猪八戒(团) 肩扛耥耙,简称"猪"。

老倌(圆) 右手拄一拐棍,简称"倌"。

红孩儿(圊) 双手各执一把大剑,简称"孩"。

牛魔王(団) 右手执一把刀,简称"牛"。

妖魔(園) 简称"妖"。

二郎神(園) 双手执三尖两刃刀,简称"郎"。

狮子(四) 由二人扮。

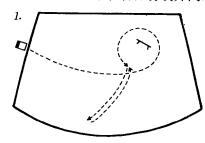
村姑(Φ) 左肘挎一提篮,提篮上盖一白毛巾,简称"姑"。

老奶(②) 右手拄一拐棍,简称"奶"。

铁扇公主(③) 肩扛芭蕉扇,简称"公主"。

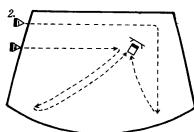
观音(①) 左手托静水瓶,右手拿柳枝。

狮子灯在村中晒谷场或开阔地表演,场左后斜放一条长凳(六)。

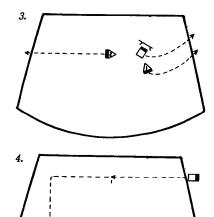


锣鼓点无限反复 大脸子左手置于胸前,右手在"山膀"位,从场左走至场中后,左转身面对场后站"小八字步",将面具戴于脸上。面向 7 点、3 点、1 点、5 点。各做一次"乾坤步绕花"再做"双晃手"至场前,面向 1 点。做"乾坤步绕花"一次,再接做"白海一跃浪"八步。依次面向 3、5、7 点各做一遍。然后走到凳前,面对 6

点,做"乾坤步绕花"一次,再面向 7、3、1、5 点各做一次。接着,围凳子做"乾坤步绕花",面向 2、8、6、4 点各做一次,每做一次回头看一眼凳子。然后走到凳前,面对 2 点坐下。

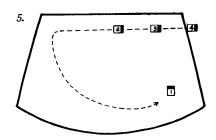


猴 1、猴 2 做"猴爪势"、"跑跳步"至场中,接"虎跳"一个。猴 1"跑跳步"至场左前,猴 2"跑跳步"至场右前,面向大脸子同做"猴手势"数次,再做"跑跳步"至大脸子身旁。

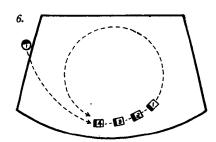


猴 1、猴 2 同时用手拍大脸子后背一下,接做"后滚翻"站起,面向大脸子,跪下下板腰,双手在身后拄地。大脸子走至猴 1 身前,云帚掸一下猴 1,猴 1 做"猴爪势"蹦跳着下场。大脸子再走至猴 2 前用云帚掸一下猴 2,猴 2 做猴 1 动作下场,大脸子接做"白海一跃浪"一次后,从场左后退场,场外人把凳子搬下。

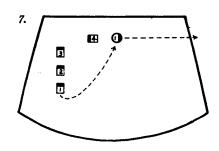
孙做"跑跳步"上场至场后箭头1处,面对1点做"叉腰势","猴爪势",再接"跑跳步"至箭头2处,做"端腿望"从右向左观看。此时,场外有一人将五尺棒扔至场中。孙"跑跳步"至箭头3处面对1点,用右脚掌往后搓棒,将棒右端用脚勾起,右手握棒中部做"端腿望",再接"跑跳步"至箭头4处,面对1点做"掖腿望"。



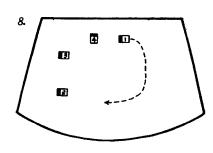
僧"敲木鱼",沙做"挑势",猪走"八戒步"至场中, 孙上前面对僧做"施礼"动作。



僧师徒做各自的舞步,向逆时针方向行走。姑挎 提篮做"小崴步"上场,跟在僧师徒后走至台左后侧。

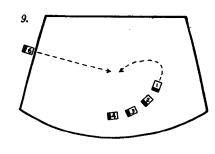


村姑赶上猪,欲拿东西给猪吃,被孙发现,孙做"双手舞棒"跳至姑身后,一棒打在姑背上,将姑打死,姑退下场。僧师徒原地不动。

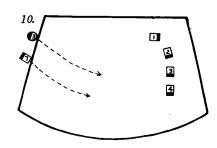


僧右手指孙做斥责状,孙忙上前做"施礼"动作。 僧师徒各自走自己的舞步,按场记 6 路线逆时针方向 行进,奶走"老奶步"上场,跟在唐僧师徒后走至场左 侧,孙发现奶,"双手舞棒"至奶身后,用棒打在奶背 上,将奶打死,奶从场左侧下场。僧右手指孙做斥责 状,孙忙上前做"施礼"动作。僧师徒仍做各自舞步,逆

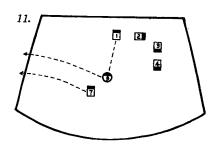
时针方向行走,倌上场走"老倌步",行走路线,动作及情节同场记6中的村姑。



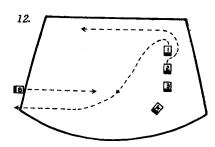
僧师徒动作同上。孩做"双探掌"上场,孙做"掖腿望"发现孩,做"双手舞棒"动作跳至孩身前,挥棒向孩头上打去,孩做"虎抱头"动作挡棒;孙向孩左侧打去,孩做"左刺剑"挡棒,孙向孩右侧打,孩做"右刺剑"挑开棒。最后,孙又挥棒从背后向孩打去,孩掉头跑下场。



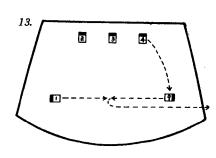
孙引众逆时针方向绕场一圈,公主左肩扛扇跑"圆场步",牛做"牛拐势",同时走至场中。



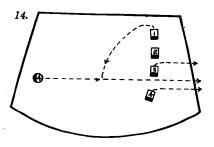
孙做"端腿望"发现牛和公主,随即跳至公主前,公主自然走步退下场。牛右手抽刀,双手至左"顺风旗"位,孙"双手舞棒"向牛头上打去,牛做"虎抱头"动作挡棒;孙向牛左侧打去,牛用刀于左侧挡棒,二人再做对称动作一次。最后,孙挥棒打在牛背部,牛退下场。



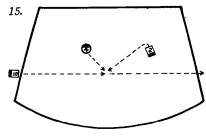
妖走"跑跳步"上至场右侧,面对 1 点做"鹰爪势"。孙做"掖腿望"发现妖便"双手舞棒"向妖打去,妖"跑跳步"迎上;孙朝妖左侧打;妖双手左侧挡棒,二人再做对称动作一次,孙朝妖背部一棒打去,妖转身逃下场,僧、沙、猪在孙、妖对打时走至场后。



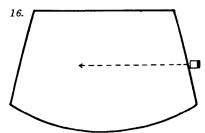
郎小跑步上场至场右侧,面对1点左手"提襟"右手举剑亮相,孙做"掖腿望"后,"双手舞棒"向郎打去,郎做"舞剑花"迎上前,两人打至场中;孙向郎当头打去,郎两手横剑在头上方挡棒;孙又朝郎左侧打,郎用双剑于左侧挡棒,二人再做对称动作一遍。孙朝郎背部猛打一棒,郎转身逃窜下场。对打时,僧、沙、猪走到场左侧。



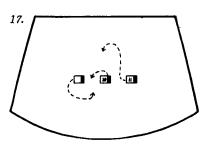
观音走"小崴步"上场,孙上前做"施礼"动作,观音左手指孙,孙、沙、猪三人转身与观音各按图示路线退场。



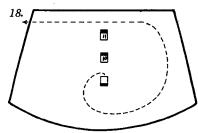
观音面向 1 点,右手指向场右侧,狮子"舞狮头" 至场中,僧走至场中骑狮子下场,观音随后走"小崴 步"下场。



大脸子做"引狮势"、"白海一跃浪"至场中,狮子 "舞狮头"紧跟至场中。



大脸子做"白海一跃浪"至场前,面向 5 点,狮子转身面对大脸子。大脸子做"引狮势",狮子做"舞狮头"。



[进场锣]无限反复 大脸子做"双晃手"狮子做"狮拧身";大脸子将云帚向上甩时,狮子做"狮立身"自转一圈,最后,大脸子做"引狮势",狮子做"舞狮头"一同下场。

## (六) 艺人简介

郎碧亮 男,水族,1921年出生于富源县古敢水族补掌村。

郎碧亮从小因家庭贫困,读不起书。每年的"拜新春",三月"祭龙潭",村里的歌舞队都要跳"金钱棒"舞。他十多岁时开始跟着歌舞队边学边跳,几年间就成了一名多才多艺的水族民间艺人。他在狮子灯中所扮演的角色,动作流畅,表演自如。他表演的"金钱棒",经过

多年的加工,在技巧上有较大的发展。每年的"拜新春",他都率一班人演出水族民间舞蹈。 他还组织了本村一班年轻人到师宗、泸西及贵州省的兴义等县农村演出,受到欢迎和好评。

传 授 郎碧亮(水族) 编 写 潘 云 绘 图 刘永根 资料提供 马林俊(回族) 执行编辑 丁 超、陈菊珍

## 跳神

## (一) 概 述

"跳神"是水族原始宗教活动中的巫舞。

水族历史上曾信奉原始宗教,主持宗教活动者是巫师和巫婆,称为"老摩",被认为是能通鬼神的智者、斩妖的神灵。他们在各种祭祀活动中的"作法"(施行巫术)主要以念、唱、舞的形式进行,而由舞贯穿,群众即称为"跳神"。水族老摩,有的有师承关系,有的是自学的。

老摩的宗教活动大致可分为两种情况,一种是祭山神、祭龙潭和丧葬。老摩先要占卜,择好时辰。祭祀之前,举行传统宗教仪式,主事者很早就到场,在场中摆一张供桌,桌上摆满了五色供品。参加祭祀的人们虔诚地向神灵叩拜,然后耍"狮子灯"、"金钱棒"降妖除邪。另一种为"家祈",首先,由老摩(巫婆)接魂、请神,这一步以念、唱为主。然后,老摩模拟亡灵的声形,与主事人家对话,跳神施用法术,使之得到精神上的安慰和满足。最后,便是送魂、送神。

下面记录的是家祈中的跳神,音乐选用水族民歌,念、唱随编随唱,即兴表演。舞蹈动作也有很大的随意性。原来的跳神由二人合作,一人跳,一人敲鼓伴奏。近年,随着文化科学的普及,跳神已为多数群众唾弃,巫师也大多去世,仅在偏僻村庄还有个别人可以表演。以下记录的只是跳神中的部分舞蹈。

## (二) 造型、服饰、道具

#### 造 型



老 摩

#### 服 饰

老摩 头顶一条毛巾,再戴上一顶钻天帽,穿青色大襟衣、黑色中式裤、翘鼻鞋。钻天帽的制法:用废布料三、四层粘贴凉干后,再蒙以红布,用五色丝线绣上太阳、月亮、谷穗及太极图、帽顶剪成箭头状,边沿用丝线缝合,两端各缀一根细布带。



钻天帽



翘鼻鞋

#### 道具

- 1. 云帚(见"统一图")
- 2.碗 日常所用。

1830

## (三) 动作说明

#### 1. 拜四方

第一拍 站"八字步",上身稍前倾,双膝屈伸一次的同时,双手四指并拢,虎口张开, 由两侧划至胸前呈交叉状后,再划至两侧立掌。

第二拍 同第一拍。

第三拍 双膝屈伸一次的同时,双手拍大腿一下。

第四拍 双腿向右跳转四分之一圈后,落成"大八字步半蹲",同时,双手提起分向两侧立掌(见图一)。

#### 2. 点云帚

准备 左手端碗于胸前,右手执云帚向前伸出。

做法 左脚起,向前碎步小跑,右手上下点动云帚。

#### 3. 施法

准备 同"点云帚"的准备。

第一~二拍 右脚原地颠跳一下的同时,左脚伸至左前方以脚跟点地,右膝稍屈,同时,右手将云帚提起再向下甩去,上身稍前俯(见图二)。



图一



图二

第三~四拍 双手动作同上,脚做第一至二拍的对称动作。

## (四) 跳 法 说 明

跳神只在祭祀活动时跳。祭祀时,场中一侧摆供桌,供桌上设置祭神牌及香火,并摆满五色供品。请神时,老摩先面对神牌,然后向东、西、南、北方各跳一次"拜四方"。"神"请到

后,即在供桌上拿起碗和云帚,顺时针方向做"点云帚"一周,再逆时针方向做一周回到供桌前,接跳"施法"。跳"施法"时,可不断反复,当老摩进入颠狂状态时,可手舞足蹈任意发挥,有着极大的随意性。

传 授 何德仙(水族)编 写 潘 云绘 图 陈 恒

执行编辑 丁 超、陈菊珍

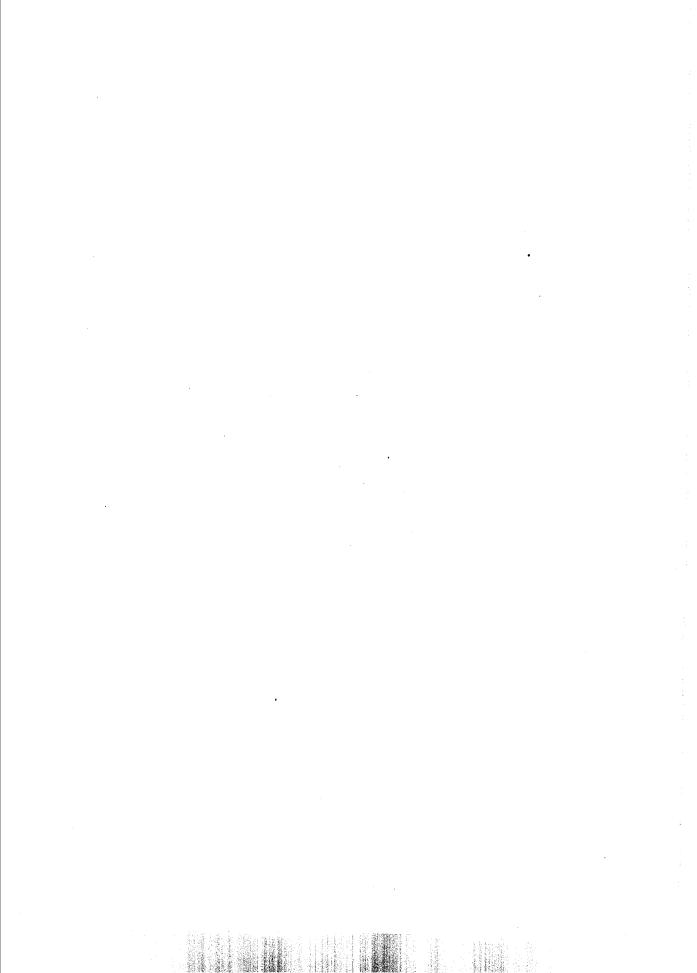
# 蒙古族舞蹈

主 编 俞从福

副 主 编 蒋凤仙

编 辑 李景泰、宋佳良

责任编辑 吴嘉娴



## 蒙古族民间舞蹈概况

云南蒙古族主要聚居于通海县兴蒙民族乡,部分人居住在麻栗坡县的马街区,铁厂区和西畴县的西洒镇,牛厂坝乡、那马乡,少数人零星散居在云南各地。

云南蒙古族是元代派驻云南的蒙古士兵和官吏的后裔,在云南落籍已有七百余年。在 漫长的岁月中,由于生产和生活环境的变迁,其民族特征发生了相应的历史演变。 今天的 云南蒙古族在生产方式,服饰,语言,生活习俗和心理素质等方面,均与内蒙古草原蒙古族有了很大的区别。

蒙古族是一个勤劳勇敢的民族,也是善于学习的民族。元亡以后,他们沦为庶民而定居云南,在居住环境、生活和生产条件等方面都发生了很大的变化。然而他们很快适应了新的环境,依据不同的客观条件,向周围的兄弟民族学习,掌握了新的生产技能,顽强地生存了下来,并取得了发展。

云南蒙古族的主要聚居地通海县兴蒙乡,地处杞麓湖西畔,北倚凤山,南跨红旗河,包括中村、白阁、下村、交椅湾、陶家嘴等五个自然村。这一带原来紧挨着杞麓湖,曾称作下渔村或渔夫村。捕鱼划船,就成了蒙古族人民借以谋生的重要手段。

除捕鱼划船外,他们还从汉族和其他少数民族那里学会了耕作技术,历尽艰辛,把长 满芦苇的湖滩开垦成了良田。

更为令人钦佩的是,发祥于草原蒙古包的云南蒙古族,经过向汉族学习之后,竟以擅长建筑而闻名省内,在云南承建了许多著名的建筑物,兴蒙乡因而被誉为滇南的"建筑之乡"。

云南蒙古族的服饰经过长期的历史演变,既区别于内蒙古的蒙古族,又不同于云南其他少数民族。女子服饰较有特色,一般穿两件或三件长短、颜色不同的"两叠水"或"三叠水"上衣(未婚少女穿"两叠水",已婚妇女穿"三叠水"),外露的领口和袖口部分镶有精美的花边图案。头饰也别具风格:两股发辫交叉盘于头上翘成犄角状;戴凤冠帽;脑后有两束

红缨,称为"喜毕"。已婚少妇不戴凤冠帽,而将一块 1.5 米长的青布折成近 6 厘米宽的包头围在头上,叫"撮务施";头前的辫梢不再上翘而成微垂形;生过孩子后,发辫要全部盘在头顶,用包头布蒙严,不外露头发;脑后的"喜毕"也不能再戴了。

云南蒙古族现行的语言,由于长期与当地彝族交往和通婚,吸收了不少彝语成分。住房为木土砖石结构。丧葬是木棺土葬。婚姻实行一夫一妻制,以前少年男女在七八岁时由父母包办订婚,至十八九岁后再结婚。

宗教信仰比较复杂,崇奉观音、龙王、财神、土地、土主、鲁班等。其中最为崇拜的是鲁班,过鲁班节时,人们抬着鲁班的塑像游乡串寨,舞灯唱戏,十分热闹。传说旧历四月初三,是鲁班向蒙古族匠人旃班传授《木经书》的日子,后来又是旃班收徒弟的日子,所以称作"建筑之乡"的兴蒙,每到这一天都要过鲁班节。此外,观音会也是比较热闹的节日。相传旧历二月十九为观音老母过生日,届时要举行"地会"活动,跳虾灯、舞龙灯、打霸王鞭,欢欢喜喜"迎观音"。1979年以后,兴蒙乡经过派人去内蒙古自治区参观学习,恢复了早已失传的民族节日——那达慕。

蒙古族进入云南,带来了他们的草原文化,对云南兄弟民族产生了一定的影响。在丽江纳西族中,至今流传着一部大型民间乐曲《崩石细丽》(又称"白沙细乐"),其中包含三段舞蹈乐曲。这部作品相传为"元人遗音",是当年忽必烈革囊渡江时赠与纳西族首领阿琮阿良的礼品。在光绪《丽江府志稿》及民国《丽江府志略》、《丽江县志》等典籍中都有类似的记载。也有另一种说法认为"此曲创自民间"(见纳西族举人李玉湛《一笑先生诗文集》卷一),虽然有待进一步考证,但有趣的是此曲中的序曲《笃》,在北方蒙古语中也是"序曲"的意思;另一段《阿丽利吉排》("哀伤的白云"),蒙古语意为"惜别",含意有相通之处。这恐怕不仅仅是巧合,而更应该是两种民族文化相互影响和交流的结果。另外在纳西族民间艺人中保存着的一种乐器"苏古独",相传也是忽必烈赠给阿琮阿良的乐班所流传下来的。

另一方面蒙古族进入云南后,处在与当时民族杂处的社会环境中,各族人民丰富多采的民间文化艺术,也不可避免地影响着蒙古族。在这方面最为突出的就是居住在通海县兴蒙乡的云南蒙古族,把本来在彝族中流传的自娱性舞蹈"跳乐"学过来,并经过发展而成为本民族的舞蹈。由于元代元军驻扎的曲陀关周围居住着大量彝族,所以彝族舞蹈文化对蒙古族的影响,就随着社会交往的密切而产生了。蒙古族从北方带来的草原舞蹈,日益脱离了其固有的土壤。为了适应新的生产方式,生活环境及与彝族人民进行社交乃至建立婚姻关系的需要,云南蒙古族找到了一种与彝族人民同欢共乐,交流思想感情的媒介,这就是跳乐。而两个民族的通婚,则大大加速了跳乐移入云南蒙古族的过程,如兴蒙乡下村"白话老板"(意为唱"白话腔"的能手)杨庆德和白阁村"四弦老板"(弹四弦琴的能手)赵锁珍都说:"当年由于随军妇女很少,大部分蒙古族士兵娶了本地彝族媳妇,这些妇女就把她们的跳乐传给我们蒙古族。"

1836

云南蒙古族跳乐有特定的场合。由于跳乐是在俗称"玩小姑娘"或玩"小伙子"(意为与姑娘或小伙子同游乐)这样一种社交活动中进行的,在旧社会被视为"伤风败俗"的事,所以一般都要离开村子到偏僻的山地或草坪上去进行。当地蒙古族中流传着一个《苏家山洞的歌声》的传说故事:在二百多年前的一个夜晚,有二十几个青年在群山拥抱的名叫苏家梁子的地方跳乐,被地方绅士及反动武装发现,把这二十几个青年活埋在跳乐的地方,此地因此叫"弦歌洞"。又传,有一个华姓蒙古族人,只在山上弹弹弦子,便被一枪打死。还传说,很久以前曾有两个村子的十几对青年男女通过跳乐建立了感情,要被抓起来严惩。他们知道后,就相约跑到苏家山的一个很深的山洞里躲起来,在里面尽情跳乐唱歌,直到全饿死在山洞里也不出来。现参加跳乐的男方不拘年龄,婚否不限;女方大部分是姑娘,结过婚尚未生育的少妇也可参加,但已经生育过的妇女则不能再参加了。另外,虽然整个跳乐的过程贯穿着男女双方互相表达爱慕和敬重之情,所唱的调子也多为情歌,但比较讲究文明礼貌,切忌粗俗之举。

云南蒙古族跳乐尽管源于彝族,但一经变为本民族的艺术,便注入了自己的民族个性。从总体风格上来看,彝族跳乐显得轻灵,秀气而略为含蓄,动作灵巧多变,腰腹部摆动较大;而云南蒙古族则柔中带刚,较为沉稳,动作组合整块感较强,腰腹部比较平稳。从中可以看出蒙古族粗犷豪放的民族传统气质在舞蹈动律上的反映。

除跳乐以外,在兴蒙乡云南蒙古族中还有姑娘龙、虾灯、狮子灯、大舜耕田、高跷、霸王鞭等表演性民间舞蹈。这些舞蹈一般在庙会或喜庆节日(如鲁班会,观音会以及近年兴起的那达慕节)进行演出,当地群众称这些舞蹈为"地会"。舞蹈形式与汉族大致相似,但汉族地会中的女角多由男子扮演,而蒙古族则是男扮男,女扮女,无所禁忌,充分体现其开放豁达的民族性格。

跳乐和地会,主要流传于通海县兴蒙乡。除此而外,在大理白族自治州的祥云县禾甸区流传着一种"跳蒙家"(俗称"跳鞑子")。这种舞蹈一般在春节期间到各家各户的堂屋里或乡村空旷地上进行演出,表现驱邪恶,求吉利的内容。演员由男二人,女二人(男扮女装)组成,均穿元代蒙古族服装。这种舞蹈虽然流传于白族群众中,但从内容和形式上看,它与蒙古族具有不可分割的联系,应为云南蒙古族民间舞蹈的一种特殊类型。

另外,在通海县兴蒙乡还有一种为病人驱邪及给死者送葬的活动,称为"散花经",其中也夹杂有少量简单的舞蹈动作。进行这种活动的多为中老年女性,地点选在病者家的庭院、堂屋或死者棺材周围。参加者口里念念有词,右手执一块巫帕前后左右抛甩,两腿随手部动作自然颠跳,但这种活动目前已不再流行了。

(执笔:宋佳良)

## 跳 乐

## (一) 概 述

"跳乐"流传于通海县兴蒙乡,是吸收彝族"跳乐"发展起来的一种云南蒙古族自娱性舞蹈。

"跳乐",意为边跳边乐。过去是在丰收之后,大家在一起又唱又跳,表示丰收喜悦之情。以后随着时间的推移,加之人们对于娱乐活动的需求,在农闲时也有开展。

"跳乐"分为"正弦"和"杂弦"。"正弦"也就是通常所说的"团乐",能跳"团乐",也就能跳其它"杂弦"。而且,舞蹈时必须先跳"团乐",才能跳"杂弦"。"正弦"指主要的部分,只有一个套路(一个节目)。"杂弦"是指在"正弦"的基础上发展起来的套路,就目前来看大约有《咱的蒙古》、《拉马调》、《撒哩撒》等近五十个套路。

云南蒙古族的跳乐虽然源于彝族,但从舞蹈内容,形式及动作上来看,已有所发展,并自创了一些舞蹈套路,如《咱的蒙古》,其中有双臂向后侧呈飞状,腿向前向后踢等动作,象征草原上的雄鹰在天空中翱翔。又如《拉马调》中的"碎踮步",似草原上的"马蹄步"。这些动作都深深凝结着云南蒙古族人民与内蒙古自治区人民不可分割的文化传统和自觉的民族意识。经过发展,舞蹈也已融入了蒙古族的气质和个性,因而有着某些与彝族跳乐所不同的动律和风格。就悠踢腿来看,虽则都是动力腿悠踢,主力腿随之微踮,双手合拍击掌,但彝族悠踢较高,双手从两侧甩开合拍,显得身轻步秀,有欲飞似跃之感;而蒙古族的悠踢腿就没有彝族的高,双手自然在胸前合拍而不甩开,内在韵律较为稳沉强劲。又如吸腿转身的动作,也是各有韵味。彝族跳乐以侧腰带转,即吸左腿后落下,再吸右腿的同时,以侧腰带动身体往左转一圈,显得秀美轻快;而云南蒙古族吸左腿落下,再吸右腿随即转一圈,

不用侧腰,一转而过,有种爽快利落之感。

从整体看,云南蒙古族的"跳乐"风格轻松自如,刚柔相济,其动作特点是:动作规整,双膝微屈,有屈伸感,每起步前主力腿都要微踮一下;小腹保持平稳状态,显得稳重大方。一个动作完后,大多是最后一拍不收腿为间隙,再接下一个动作,双手始终在胸前拍击,自然上下摆动,偶尔有叉腰和移至耳际拍击的动作。各种舞段的跳法,主要区别在脚上。悠踢腿的动作相对要多些,双腿轮换悠踢,体随悠踢之腿略侧。

跳乐的伴奏以一把四弦琴为主,弹琴人也就是领舞者,舞蹈节奏多为 $\frac{6}{8}$ 拍,也有 $\frac{2}{4}$ 拍的。

## (二) 造型、服饰、道具

#### 造 型



少妇



中年男子

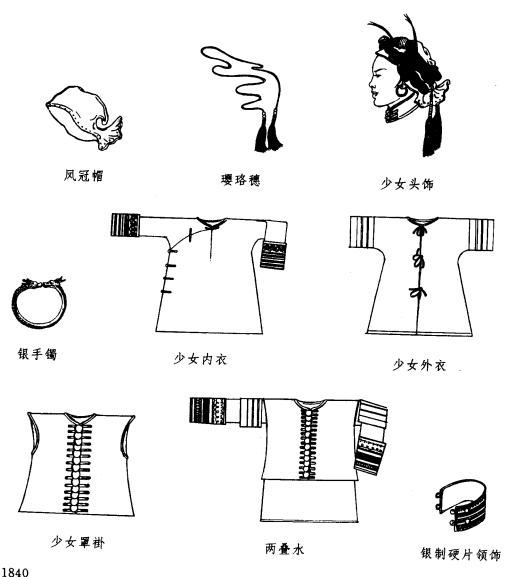
#### 服 饰(除附图外,均见"统一图")

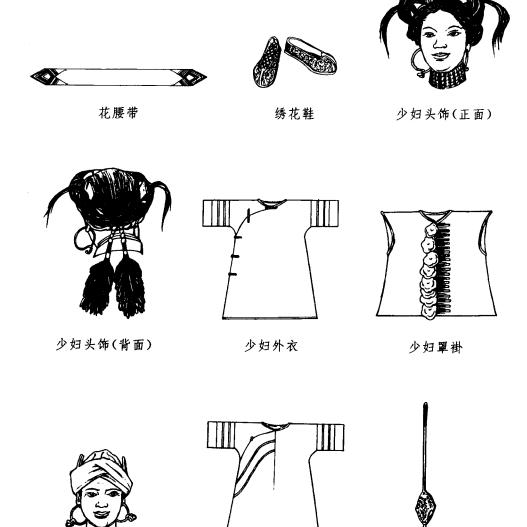
1.少女 梳双辫,戴凤冠帽,将双辫交叉盘于额头上呈犄角状,用大红璎珞穗的红线将发辫缠稳,使璎珞垂于脑后,戴银耳环,双龙头银手镯。上身先穿内衣(袖长过手,在袖口里面绣六道彩色花纹,穿上后卷至腕部,使花纹外露),再穿外衣(袖长至腕,比内衣袖宽,袖口里面绣三道彩色花纹,穿上后卷到肘部),套罩褂(短于外衣,上衣下摆形成两层,称"两叠水"),饰银制硬片领,穿扭裆绣花裤,系花腰带(长1.5米),着绣花鞋。

2. 少妇 梳双辫,用一条长 1 米、宽 6 厘米的黑布带缠于头上,两端分别斜垂于头顶两侧,双辫交叉盘在带上,发稍于两侧下垂,用大红璎珞穗的红线将发辫缠稳后使璎珞垂于脑后,上身穿比"两叠水"多一层内衣(式样同少女内衣)、外衣(袖口绣花同少女外衣),

衣长比内衣短 15 厘米,套罩褂(衣长比外衣短 6 厘米,与上衣下摆形成三层,称"三叠 水")。耳环、手镯、硬片领、腰带、鞋均同少女。

- 3. 中年妇女 梳发髻于头顶,用一块 40 厘米见方的黑布包裹,外缠一条长 1.3 米,宽 7厘米叠成双折的黑布带,两头翘于头顶两侧。上身穿内衣(同少女内衣)、扇摆外衣(比内 衣短 3 厘米),胸前挂三丝银链吊挂、绣花荷包。耳环、手镯、硬片领、腰带、裤子、鞋均同少 女。
  - 4. 青年男子 穿深色立领对襟上衣,扭裆裤,布鞋。
  - 5. 中年男子 穿深色长衫,扭裆裤,布鞋。





#### 道具

中年妇女头饰

龙头四弦琴 红椿木做龙头、琴杆,梧桐木做琴板,黄竹或椿木做琴身圈,系大红绸带或三丝银币链。

扇摆外衣

绣花荷包

## (三)代表性节目

## 团 乐

音 乐

传授 杨禄英(蒙古族)等记谱 俞从福

1 = A 快速

 6
 6
 2
 3
 6
 6
 2
 6
 3
 1
 2
 6
 6
 3
 5
 2
 1
 1

 撤
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प
 प</

 3
 6
 6
 6
 6
 1
 2
 6
 6
 3
 2
 3
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 3
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6
 3
 2
 6

 6
 8
 3
 6
 6
 5
 3
 3
 5
 1
 2
 6
 3
 3
 6
 6
 5
 3
 |

 撤 哩 撤 哩 撤 哩 撤 哩 撤 哩 撤 哩 撤 哩
 撤 哩 撤 哩 撤 哩
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 <

 3
 5
 1
 2
 6
 3
 2
 2
 3
 2
 1
 5
 2
 2
 3
 6
 1
 5

 撤
 哩
 撤
 哩
 幣
 型
 幣
 哩
 幣
 哩
 幣
 哩
 幣

 6
 6
 5
 6
 1
 5
 6
 3
 5
 2
 2
 3
 6
 6
 6
 8
 6
 2
 3
 6
 6
 3

 撤 啦 噜 撒 哩 噜 撒 哩 
 撒 哩 
 撒 哩 
 撒 哩 
 撒 哩 
 撒 
 2
 3
 6
 6
 3

 6
 2
 1
 6
 6
 2
 3
 6
 6
 3
 6
 2
 1
 6
 6
 6
 2
 1
 6
 6
 6
 6
 6
 2
 1
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 7
 6
 6
 6
 6
 6
 7
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 7
 6
 6
 6
 7</

 6
 2
 3
 6
 6
 3
 6
 6
 3
 6
 6
 3
 6
 6
 5
 3

 撤
 哩
 型
 撤
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型</

 3
 5
 1
 2
 6
 3
 6
 6
 5
 3
 3
 5
 1
 2
 6
 6

 撤 哩 璽 撒 哩。 撒 哩 撒 哩 撒 哩 撒 哩 歌 哩。
 1
 2
 6
 1
 1
 2
 6
 1
 1
 2
 6
 1
 1
 2
 6
 1
 1
 2
 6
 1
 1
 2
 6
 1
 1
 2
 6
 1
 1
 2
 6
 1
 1
 2
 6
 1
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2
 6
 1
 2</

 3
 6
 6
 5
 3
 5
 1
 2
 6
 3
 5
 1
 5
 3
 1

 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 麻
 哩
 底

 3
 5
 1
 3
 6
 1
 3
 3
 5
 3
 3
 5
 2
 2
 6
 6
 6
 1
 |

 病 哩 哟 痴 些。
 痴 哩 痴 哩 痴 哩 麻 夢 哩 底 痴 些。

 2
 1
 2
 2
 1
 2
 1
 6
 6
 6
 1
 3
 3
 5
 3
 3
 5
 1

 痴
 哩
 底
 痴
 啦
 底
 廠
 啦
 底
 撤
 哩
 理
 攤

 3
 3
 3
 5
 6
 8
 3
 6
 6
 5
 3
 3
 5
 1
 6
 6
 6
 6
 3
 1
 1
 1
 2
 1

 撤 哩 哩,
 撤 哩 哩 撤 哩 哩 撤 哩 哩 撤 哩 
 撤 哩 哩 撤 哩 
 1
 1
 1
 2
 1
 1
 1
 2
 1

 6
 2
 1
 6
 6
 6
 3
 5
 2
 2
 3
 6
 6
 8
 2
 1
 6
 6
 2
 3
 1

 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 增
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型

 6
 6
 3
 6
 2
 1
 2
 6
 3
 3
 6
 6
 5
 3
 3
 5
 1
 |

 撤
 啦
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 厘
 2
 2
 2
 2
 1
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2
 2

 3
 2
 6
 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 1
 3
 3
 5
 3
 2
 3
 1

 撤 哩。
 小碧 兰
 小碧 兰
 小碧 兰
 小碧 兰
 岭
 上(着)
 闻。

 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 1
 3
 6
 3
 3
 2
 3
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 6
 5
 6
 1
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0

 6 5
 6
 1
 3
 3
 5
 3
 2
 3
 6
 8
 3
 6
 6
 2
 6
 3
 3
 6
 6
 2
 6
 3
 3
 6
 6
 2
 6
 3
 1

 小碧
 兰
 岭
 上(着)
 闻。
 撒
 哩
 撒
 哩
 撒
 哩
 撒
 哩
 撒
 哩
 撒
 哩
 撒
 哩
 北
 哩
 北
 哩
 北
 里
 型
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 上
 <td

 3
 6
 6
 6
 7
 6
 5
 5
 3
 1
 2
 3
 8
 3
 6
 8
 6
 2
 3
 6
 6
 3
 1

 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 增
 型

 6
 2
 3
 6
 2
 1
 3
 6
 6
 8
 6
 3
 5
 2
 2
 3
 8
 6
 6
 6

 撤
 哩
 ឃ
 哩
 ឃ
 哩
 ឃ
 哩
 ឃ
 哩
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш</

 68)

 2 1 6 6 1 3 | 6 6 1 2 3 6 8 2 6 | 8 3 6 6 5 3 |

 撤 哩 噜 撤 哩 哩 撤 嘡 哩 撤 哩 運

 3
 5
 1
 2
 6
 3
 3
 5
 3
 3
 5
 1
 2
 2
 6
 6
 3
 |

 撤
 哩
 堰
 撤
 哩
 底
 類
 哩
 底
 類
 哩
 胎

 6
 1
 3
 6
 6
 1
 6
 3
 2
 2
 6
 6
 3
 5
 2
 3
 2

 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 增

 3
 6
 6
 8
 2
 1
 5
 6
 1
 3
 6
 6
 3
 6
 3
 2
 8
 2
 6

 撤 哩。
 撤 哩 嚕 撤 哩 嚕 撤 哩 水 哩 撤 哩
 撤 哩
 撤 哩。
 1844

 6
 6
 6
 6
 3
 6
 3
 8
 2
 6
 3
 8
 6
 1
 3
 6
 6
 1
 6
 3
 2
 2
 6
 1

 满场商合哩
 莫哟。
 撒哩哩撒啦哩撒啦哩撒哩
 數哩哩撒啦哩
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1<

 6
 3
 5
 2
 2
 3
 8
 6
 6
 8
 2
 1
 5
 6
 1
 3
 6
 1
 3
 6
 6
 3

 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 ш
 ॥
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш
 ш

 6
 3
 2
 2
 6
 6
 6
 3
 6
 3
 3
 2
 6
 3
 6
 6
 1
 3
 6
 6
 1
 3
 6
 6
 1
 1
 3
 6
 6
 1
 1
 1
 3
 6
 6
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1

 6
 3
 2
 2
 6
 6
 3
 5
 2
 2
 3
 6
 6
 2
 1
 5

 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 型
 查

(100)

 6
 1
 3
 6
 3
 6
 3
 2
 2
 6
 6
 6
 3
 6
 3
 8
 2
 6
 3
 1

 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 漁
 あ
 6
 3
 1
 3
 2
 6
 3
 1

 減
 型
 型
 型
 型
 製
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型
 型</t

 6
 6
 2
 3
 6
 6
 1
 6
 3
 2
 2
 6
 6
 3
 5
 2
 2
 3
 8
 6
 6
 6

 撤 哩 哩 撒 哩 撒 哩 撒 哩 撒 哩 應 撒 哩 應 撒 哩 應 撒 哩 
 1
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0
 0

 6
 2
 1
 6
 6
 1
 3
 6
 6
 1
 6
 3
 2
 3
 2
 6
 8
 3
 6
 3
 6

 撤 哩
 撤 哩
 撤 哩
 撤 哩
 撤 哩
 撤 哩
 撤 哩
 撤 哩

(112)

 3
 5
 1
 2
 3
 6
 3
 6
 3
 5
 1
 2
 3

 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩

 3
 6
 3
 6
 3
 5
 1
 2
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6
 3
 6</

1845

 6
 3
 2
 6
 0
 6
 3
 5
 2
 2
 2
 3
 6
 6
 6
 8
 2
 1
 6
 6
 2
 3

 撤
 哩
 撒
 哩
 撒
 哩
 撒
 哩
 撒
 哩
 ॥
 ш
 ॥
 ш
 ॥
 ш
 ॥
 ш
 ॥
 ш
 ॥
 ш
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥
 ॥</

 6
 6
 1
 6
 3
 2
 8
 2
 6
 8
 3
 6
 3
 6
 3
 5
 1
 2
 3

 撤
 吨
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤
 哩
 撤

 3
 6
 3
 5
 1
 2
 3
 3
 6
 3
 6
 3
 5
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 1
 2
 3
 3
 3
 3
 2

1. 颠走步

第一 $\sim$ 三拍 左脚跟原地踮一下,同时右腿膝微前吸,上身稍左拧后倾,目视右前(见图一)。

第四~六拍 右脚上一步做第一至三拍的对称动作。

第七~九拍 动作同第一至三拍,身拧向左前。

第十~十二拍 动作同第四至六拍,身拧向右前,向后退步。

提示:每三拍的第一拍为重拍,双手于胸前拍一次掌(以下动作均同此)。

2. 颠步右转身

做法 做"颠走步"向右转一圈。

对称动作为"颠步左转身"。

3. 颠跳步

做法 基本同"颠走步",每一步均踮跳一下,动力腿前吸得略高些。

说明:此动作可按2节奏做,每两拍跳一步。

4. 戽跳步

第一~三拍 左脚跟原地踮一下,同时右腿扣膝微前吸随即落地。

第四~六拍 右脚跟踮起微屈膝,同时左腿屈膝向左后抬 45 度,上身微右倾稍左拧,目视左后,随即右脚跟落地,左脚内侧经擦地向右前悠出 45 度(见图二)。



图 一



图二

第七~九拍 左脚收至右脚旁。

第十~十五拍 做第四至九拍的对称动作。

第十六~二十一拍 同第四至九拍。

第二十二~二十四拍 做第四至六拍的对称动作,最后右脚收至左脚旁。

提示:动力腿悠出 45 度的动态,似戽斗汲水状,故该动作称戽跳步。

5. 戽跳踏步

第一~三拍 右脚跟原地踮一下,同时左腿向左前抬起 25 度,随即盖至右前成右"踏步"。

第四~六拍 左脚跟原地踮一下,同时右前脚掌原地踏一下。

第七~十二拍 做第一至六拍的对称动作。

第十三~十五拍 右脚跟原地踮一下,同时左腿扣膝微前吸。

第十六~十八拍 左脚落地,同时右腿屈膝向右后抬 25 度,随即右脚内侧经擦地向 左前悠出 25 度。

第十九~二十四拍 做第十三至十八拍的对称动作。

6. 盖腿旁点地

第一~三拍 右脚跟原地贴一下,同时左脚稍向左前抬起盖至右前上一步。

第四~六拍 做一至三拍的对称动作。

第七~九拍 同第一至三拍。

第十~十二拍 右腿旁伸前脚掌点地,双膝微屈,同时左转四分之一圈,上身左拧微右倾稍后仰,目视右前下方(见图三)。

7. 左右盖腿

第一~六拍 同"盖腿旁点地"的第一至六拍动作。

第七~九拍 右脚跟原地踮一下,同时左前脚掌旁点地,顺势右转四分之一圈。

8. 退步旁点地

第一~十二拍 起右脚做"颠走步"退四步。

第十三~十五拍 右前脚掌旁伸点地。

9. 旁点地转身

第一~三拍 左脚跟原地踮一下,同时右脚上一步。

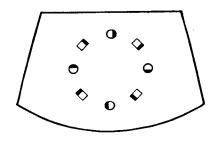
第四~六拍 左前脚掌向左侧点地一下。

第七~十二拍 做第一至六拍的对称动作,同时右转一圈。



图三

#### 跳法



舞者人数不限,男(□)女(○)各半,相间围圈,均 左肩对圆心,由一男舞者弹龙头四弦琴伴奏并领舞 (四弦琴的执法见"统一图"),其余舞者双手随舞步于 胸前拍掌,边唱边跳。

〔1〕~〔7〕 做"颠走步"三次,沿逆时针方向行进。

- 〔8〕~〔11〕 做"颠步右转身"两次。
- [12]~[15] 做"戽跳步"一次。
- 〔16〕~〔18〕 做"戽跳步"的第一至十五拍动作,最后一拍时向左转半圈。
- 〔19〕~〔24〕 右肩对圆心做"颠走步"三次,沿顺时针方向进行。
- [25]~[30] 做"颠步左转身"三次。
- 〔31〕~〔42〕 做"颠步右转身"三次(最后三拍不做),接做"颠步左转身"三次(最后三拍不做)。
  - [43]~[46] 做"颠跳步"两次。
  - 〔47〕 向右转四分之一圈。
  - 〔48〕~〔56〕 面向圆心做"盖腿旁点地"四次(最后三拍动作不做),左转四分之三圈。
- 〔57〕~〔73〕 左转半圈成右肩对圆心,做"颠走步"四次,接做"颠步左转身"三次半,最后转成左肩对圆心。
  - 〔74〕~〔81〕 面向逆时针方向做"退步旁点地"三次(最后三拍不做)。
  - [82]~[86] 做"戽跳踏步"一次顺势右转半圈,成右肩对圆心。
  - 〔87〕~〔95〕 顺时针方向做"颠跳步"四次,最后三拍右转四分之一圈成面对圆心。
- 〔96〕~〔103〕 做"盖腿旁点地"四次(最后三拍动作不做),左转四分之三圈,成左肩对圆心。
  - 〔104〕~〔110〕 逆时针方向做"颠跳步"三次。
  - 〔111〕~〔115〕 做"退步旁点地"两次,最后三拍转成右肩对圆心。
  - 〔116〕~〔121〕 顺时针方向做"颠走步"三次(最后三拍动作不做)。
  - [122]~[123] 做"左右盖腿"一次。
  - 〔124〕~〔127〕 做"盖腿旁点地"两次。
  - [128]~[129] 做"旁点地转身"一次。

音 乐

传授 杨禄英(蒙古族) 记谱 俞从福

第一~二拍 右脚原地跳一下,同时左腿微屈膝向后踢起 90 度,身前俯,双手后甩,目视左后(见图四)。

第三~四拍 左脚落地跳一下,同时右腿屈膝前踢 90 度,身后仰,目视左前(见图五)。

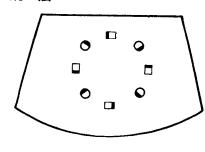


图四



图五

#### 跳法



舞者人数不限,男女各半,面相对围成圆圈,伴奏,领舞者同《团乐》,乐曲为 $\frac{2}{4}$ 拍,每两小节的时值相当于 $\frac{6}{8}$ 拍的一小节。

《咱的蒙古》

唱第一遍 原地做"颠跳步"(同《团乐》)两次。 唱第二遍 做"颠跳步"两次,每对舞伴擦左肩换

位又互绕半圈回至原位。

唱第三~四遍 原地做"踢步"接"踢步"对称动作共做四次,似草原上的雄鹰在天空中翱翔。

依此反复,尽兴方休。

音 乐

传授 杨禄英(蒙古族) 记谱 俞从福

1 = A 快速

 2
 2
 1
 2
 1
 3
 5
 2
 1
 2
 1
 2
 12
 6
 6
 2
 1
 3
 5
 1

 大马
 大马
 拉过
 去
 去
 小马
 拉过
 来
 来
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*
 \*

 2 1
 2 1
 6 6
 6 3 2
 6 2
 6 3 2
 6 3 2
 6 0
 8

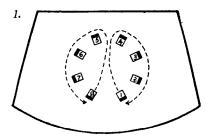
 带 个 书 信
 来 来 。 (色 哩 来 色 哩 来)
 本 )
 本 )
 本 )
 本 )

做法 一拍一步。前半拍,右脚向前一步微屈膝,左脚微离地;后半拍,左脚紧跟于右脚旁以前脚掌点地,右膝微伸,双手于胸前拍掌一下。

提示:左腿始终保持屈膝,随右腿有微屈伸感。

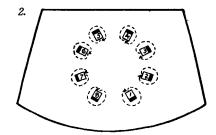
#### 场 记

男舞者(①~图) 八人,简称"男1号"至"男8号"。

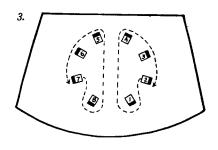


### 《拉马调》唱第一遍

〔1〕~〔5〕 全体做"碎踮步",边唱边舞,男1号和男8号分别按图示路线绕一圈回原位,其余舞者原位做动作。



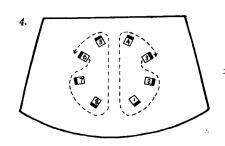
〔6〕~〔13〕 做"碎踮步",各按图示自转一圈。



#### 唱第二遍

〔1〕~〔5〕 同场记1的动作及跳法,由男2号和男7号按图示路线绕一圈。

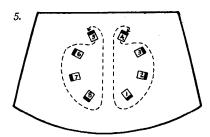
〔6〕~〔13〕 同场记 2。



#### 唱第三遍

[1]~[5] 同场记1的动作及跳法,由男3号和男6号按图示路线绕一圈。

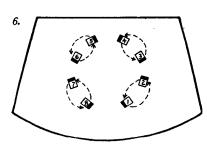
〔6〕~〔13〕 同场记2。



#### 唱第四遍

[1]~[5] 同场记1动作及跳法,由男4号和男5号按图示路线绕一圈。

〔6〕~〔9〕 同场记 2,自转后成下图位置。



〔10〕~〔13〕 动作不变按图示路线交换位置后 结束或继续依此跳法反复至尽兴。

## 螺蛳歪遮

## 音 乐

传授 杨禄英(蒙古族) 记谱 俞从福

1 = A 快速

 6
 8
 3
 5
 3
 2
 3
 6
 6
 3
 6
 6
 2
 1
 6
 6
 1
 1

 螺
 蛳
 歪
 遮
 漿
 啦
 幣
 呀), 歪
 遮
 螺
 蛳

(4) 6 6 3 6 · | 2 6 5 1 3 | 2 6 3 6 · (撒 啦 嗨 撒, 撒 啦 嗨 撒, 撒 啦 咖 嫩)

① 歪遮: 方言, 即蚌壳。

#### 动作

1. 摆脚跳

第一~三拍 右脚跟原地踮一下,同时左腿经微吸落地。

第四~六拍 左脚跟原地踮一下,同时右"前吸腿"小腿摆向左前,上身微右倾。

第七~九拍 左脚跟原地踮一下,同时右小腿摆向右旁。

第十~十二拍 做第一至三拍的对称动作。

第十三~十五拍 右脚原地小跳一下,同时左腿经微吸落地。

第十六~二十一拍 做第四至九拍的对称动作。

第二十二~二十四拍 左脚落地脚跟踮一下,同时右腿微吸。

2. 旁点地蹲

第一~三拍。右脚原地踮一下,同时左腿向左前稍抬随即盖向 右前落地。

第四~六拍 右腿微屈膝伸向右旁以前脚掌点地,同时左腿全 **蹲**,目视右旁(见图六)。



图六

第七~十二拍 做第一至六拍的对称动作。

#### 跳法

舞蹈形式同《咱的蒙古》。

《螺蛳歪遮》

唱第一遍 每对舞伴面相对原地做"摆脚跳"一次。

唱第二遍 做"旁点地蹲"两次,每对舞伴擦左肩换位互绕半圈又回至原位后均左肩对圆心。

唱第三遍 做"颠走步"(同《团乐》)逆时针方向行进,最后三拍女舞者左转半圈与另一男舞者相对。依此跳法,无限反复。

## 音 乐

## 石屏干腌菜

传授 杨禄英(蒙古族) 记谱 俞从福

1 = A 快速

 68
 3
 5
 3
 2
 1
 3
 5
 3
 2
 1
 3
 5
 3
 2
 3
 5
 3
 2
 3
 5
 3
 3
 5
 3
 3
 5
 3
 3
 5
 3
 1
 3
 5
 3
 3
 5
 3
 3
 5
 3
 1
 3
 5
 3
 1
 3
 5
 3
 1
 3
 5
 3
 1
 3
 5
 3
 1
 3
 5
 3
 3
 5
 3
 3
 1
 5
 3
 3
 5
 3
 3
 5
 3
 3
 3
 5
 3
 3
 3
 5
 3
 3
 3
 5
 3
 3
 3
 5
 3
 3
 3
 5
 3
 3
 3
 5
 3
 3
 3
 5
 3
 3
 3
 5
 3
 3
 3
 3
 3
 3
 3
 3
 3
 3
 3
 3
 3
 3

1852

① 转过来: 指跳乐时转身。

#### 动作

1. 蹲点转

第一~三拍 双腿"小八字步全蹲"。

第四~六拍 左腿稍伸屈一下,同时身右转半圈,右脚前脚掌伸向右旁点地,膝微屈, 上身微左倾右拧。

第七~九拍 左腿稍伸屈一下,同时身右转半圈,右脚收至左脚旁。

第十~十二拍 右腿稍伸屈一下,同时左脚前掌伸向左旁点地,上身微右倾左拧。

第十三~十五拍 右腿稍伸屈一下,同时左脚向前一步。

第十六~三十拍 同第一至十五拍动作。

提示:双手每拍拍手一次,身体随之起伏一次。

2. 蹲步走

第一~九拍 双腿"小八字步全蹲",起左脚三拍一步原地走三步,身体随步伐起伏三次。

第十~十二拍 右脚伸向左旁点地,同时向左转半圈。

第十三~二十四拍 做第一至十二拍的对称动作。

3. 蹲步转

第一~六拍 双腿"小八字步全蹲",起左脚原地走两步,身随之起伏。

第七~九拍 左脚向前一步,同时右转半圈。

第十~十二拍 右脚后退一步,同时右转半圈。

第十三~二十四拍 起左脚走四步。

提示:每走一步身体随之上下起伏一次。

## 跳法

舞蹈形式同《团乐》。

《石屏干腌菜》唱第一遍

- 〔1〕~〔5〕 原地做"蹲点转"一次,各自向右自转两圈。
- [6]~[7] 做"蹲走步"的第一至九拍动作,逆时针方向行进。
- 〔8〕~〔11〕 做"蹲步转"一次,男舞者后退四步,右肩与身后原地走四步的女舞者错左肩换位,均仍左肩对圆心。

#### 唱第二遍

- [1]~[4] 做"蹲步走"一次。
- 〔5〕~〔7〕 同"蹲步走"的第一至九拍动作,沿逆时针方向走五步。
- [8]~[11] 同唱第一遍的[8]至[11]。

依此反复,尽兴方休。

## 音 乐

## 七拉给找哟

1 = A 快速

传授 奎红英 (蒙古族) 记谱 俞从福

 6
 8
 6
 2
 6
 1
 5
 6
 2
 6
 1
 5
 6
 2
 6
 1
 5
 6
 3
 3
 2
 1
 5
 6

 七
 拉
 给
 找
 哟
 附
 哩
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四
 四

 3
 1
 5
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 1
 5

 6
 2
 6
 1
 5
 6
 3
 3
 2
 1
 5
 6
 3
 1
 5
 6

 阿 拉 个 给 找 哟, 撒 哩 哩 四 哟 个, 撒 哩 哩 四 哟 个.

 6
 1
 5
 6
 1
 5
 6
 2
 6
 1
 5
 6
 6
 2
 6
 1
 5
 6
 6
 2
 6
 1
 5
 6

 今
 底
 哪
 0
 大
 回
 か
 か
 か
 か
 か
 か
 か

3 3 2 1 5 6 3 1 5 1 5 6 1 5 6 1 5 M 哩 哩 四 哟。 夸 底 嘟 夸 底 嘟。

#### 动作

1. 戽脚跳蹲

第一~三拍 左脚上一步。

第四~六拍 左脚跟原地踮一下,同时右腿屈膝后抬 25 度,随即向左前擦地悠出 25 度。

第七~十二拍 做第一至六拍的对称动作。

第十三~十八拍 起左脚后退两步。

第十九~二十一拍 左脚上一步。

第二十二~二十四拍 左脚向前跳一步,同时右前脚掌于右侧点地,随即全蹲。

2. 颠步转身蹲

第一~三拍 左脚原地踮跳一下,同时右腿微前吸。

第四~六拍 右脚向前小跳一步后原地贴一下脚跟,同时左腿微前吸。

第七~九拍 做第四至六拍的对称动作,同时向左转一圈。

第十~十二拍 同第四至六拍动作,最后左脚落地成"正步半蹲",双手 叉腰。

3. 颠步后抬腿

第一~九拍 同"颠步右转身"的第一至九拍。

第十~十二拍 右脚向右前小跳一步后半蹲,同时左腿屈膝开胯向左 后稍抬起,右手抬于头右上方翻腕成手心向上,左手叉腰,身微仰,目视右上 (见图七)。



图七

#### 跳法

舞蹈形式同《咱的蒙古》。

#### 《七拉给找哟》

- [1]~[4] 每对舞伴相对做"戽脚跳蹲"一次。
- 〔5〕~〔8〕 做"颠步转身蹲"接"颠步后抬腿",与舞伴擦左肩换位。
- [9]~[11] 二人相对做"戽脚跳蹲"的第一至十八拍动作。
- 〔12〕~〔15〕 同〔5〕至〔8〕。

依此反复,不断蹲转换位,尽兴方休。

音 乐

传授 奎红英(蒙古族) 记谱 俞从福

1 = A 快速

#### 动 作(盘腿全蹲)

第一~三拍 左脚跟原地踮一下,同时右腿经右后向左前稍悠出,微 屈膝。

第四~九拍 起右脚向前做"颠走步"(同《团乐》)。

第十~十二拍 左脚盖于右脚右前,双腿交叉全蹲,身前俯,目视前下方(见图八)。

第十三~十五拍 保持全蹲,左脚上一步。

第十六~十八拍 做第十至十二拍对称动作。

第十九~二十四拍 起右脚做"颠跳步"(同《团乐》)向右转一圈。

## 跳法

舞蹈形式同《石屏干腌菜》。每唱一遍《阿知个线》做两次"盘腿全蹲"动作,逆时针方向行进。依此反复,尽兴方休。



图八

## 阿踏踏哟哦

音 乐

传授 奎常芬 (蒙古族) 记谱 俞从福

1 = A 快速

 2
 6
 5
 2
 6
 5
 1
 6
 2
 6
 1
 1
 6
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1
 1

#### 动作

1. 戽脚点地

第一~三拍 右脚向旁移一步随即踮一下脚跟,同时左腿微吸。

第四~六拍 左脚向旁移一步随即踮一下脚跟,同时右腿经屈膝稍后抬向左前擦地 悠出 25 度。

第七~九拍 左脚原地跳一下,同时右腿扣膝小腿收回成前吸。

第十~十二拍 做第四至六拍的对称动作。

第十三~十五拍 左腿后退一步。

第十六~十八拍 右前脚掌向后点地一下。

2. 点地转身

第一~三拍 左脚原地跳一下,同时右腿稍前吸。

第四~六拍 右脚上一步踮一下脚跟,同时右转四分之一圈,左前脚掌向前点地。

3. 转身旁点地

第一~三拍 左脚原地踮一下脚跟,同时右腿提起向右前上一步微屈膝,顺势右转四分之一圈。

第四~六拍 左小腿微后抬随即膝稍屈前脚掌向左侧点地,上身微右拧。

第七~十二拍 做"颠走步"右转一圈。

## 跳法

舞蹈形式同《咱的蒙古》。

#### 《阿踏踏哟哦》唱第一遍

- [1]~[3] 舞伴相对做"戽脚点地"一次。
- 〔4〕~〔9〕 做"点地转身"三次,接"转身旁点地"一次,与舞伴错左肩换位后,男舞者 右转身,均左肩对圆心。

唱第二遍 动作同唱第一遍,众逆时针方向行进,最后三拍男舞者左转半圈,与另一女舞伴相对。

依此跳法,无限反复,尽兴方休。

音 乐

小小花马

1858

#### 动作

1. 踏步点地

第一~三拍 右脚跟原地踮一下,同时左脚向右前稍抬顺势上一步,右小腿随之微后抬。

第四~六拍 右脚落于右"踏步"位点地,双膝微屈,上身微左倾后仰,目视左后。

以上为右"踏步点地",对称动作为左"踏步点地"。

2. 前后点地跳

第一~三拍 右脚跟原地踮一下,同时左腿稍前吸。

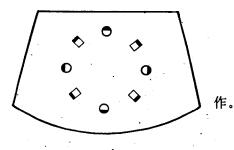
第四~六拍 左脚落地,右前脚掌于左前点地。

第七~十二拍 做第一至六拍的对称动作。

第十三~十五拍 同第一至三拍。

第十六~十八拍 左脚跟原地踮一下,同时右腿后伸以前脚掌点地。

#### 跳法



舞蹈形式基本同《团乐》,全体面向圆心起舞。 《小小花马》

〔1〕~〔4〕 做"摆脚跳"(同《螺蛳歪遮》)一次。

[5]~[6] 做"前后点地跳"的第一至十二拍动

〔7〕~〔8〕 做左"踏步点地"两次。

〔9〕~〔10〕 做右"踏步点地"两次。

[11]~[13] 做"前后点地跳"一次。

〔14〕~〔17〕 做"颠步右转身"(同《团乐》)接"颠步左转身"一次,依此反复,尽兴而止。

## 音 乐

撒哩撒

传授 奎常芬(蒙古族) 记谱 俞从福

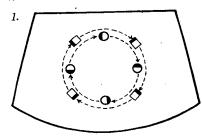
1 = E 快速 ·

 2
 1

 4
 2
 3
 2
 3
 6
 2
 3
 2
 3
 6
 6
 6
 3
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6
 6</

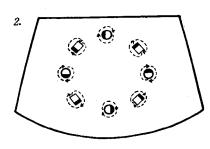
1. 6 6 1 2 3 6 0 版 哩 撒 哩 撒 哩 撒 哩

## 场记



## 《撤哩撒》唱第一遍

[1]~[8] 男女相间围圆圈,均右肩对圆心,做"颠跳步"两次,按图示路线男绕外圈,女绕内圈移动位置后仍保持一个大圆圈。



[9]~[10] 做"颠步右转身"第一至六拍动作, 成左肩对圆心。

〔11〕~〔12〕 站"正步",双手在右耳旁拍手三次。

#### 唱第二遍

[1]~[4] 做唱第一遍时[9]至[12]的对称动

## 作,仍成右肩对圆心。

[5]~[12] 同场记1的动作及跳法,男女分别向前绕行递补位置。

## 唱第三遍

- [1]~[4] 同唱第一遍的[9]至[12]。
- [5]~[8] 做[1]至[4]的对称动作。
- [9]~[12] 同场记1的动作及跳法,男女分别向前绕行递补位置。

#### 唱第四遍

- [1]~[4] 同场记1的[5]至[8],完成一次绕行递补位置。
- [5]~[12] 做唱第一遍时[9]至[12]的动作及对称动作各一次。

依此反复,不断向前递补位置。

# (四) 艺人简介

**赵鸿发** 男,蒙古族,1926年生,通海县兴蒙乡白阁村人。他可以边弹边唱边跳,是村中的领舞人(四弦老板)。

赵本秀 女,蒙古族,1938年生,通海县兴蒙乡陶家嘴人。她可边唱边跳,是村中的领舞人(跳乐老板)。

传 授 华俊英、华俊仙 华惠芬(均为蒙古族)

编 写 吴嘉娴、蒋凤仙、李景泰

绘 图陈恒

执行编辑 吴嘉娴、吕 波

# 大 白 象

# (一) 概 述

"大白象"舞,是清道光年间通海县城郊大树村一姓张的人到外地做皂隶时学习带回来传授的。以后,河西石山嘴的人又学了在本村和到外村跳。旧时,兴蒙乡曾一度合并于石山嘴乡,两地仅一山之隔,大白象这一节目就自然地流入兴蒙乡。

白象,民间认为是吉祥的象征。兴蒙乡跳大白象舞,大多在丰收喜庆的节日里举行,不参加一般庙会。

大白象表演时风趣幽默,如"象抬鼻"、"象摆鼻"、"象扭臀"和"象鼻尖绕花"等动作。演员有时还故意将象鼻伸向观众群中,引起阵阵哄笑,富有风趣。

# (二) 音 乐

# 锣 鼓 点

# (三) 造型、服饰、道具

## 造 型



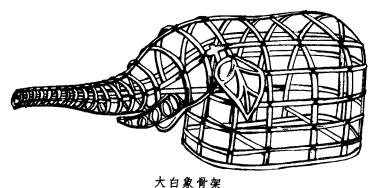
## 服 饰(均见"统一图")

大白象

舞象者 穿白布立领对襟上衣,黑布扭裆裤扎裤脚,系白布长腰带,着尖口布鞋。

## 道具

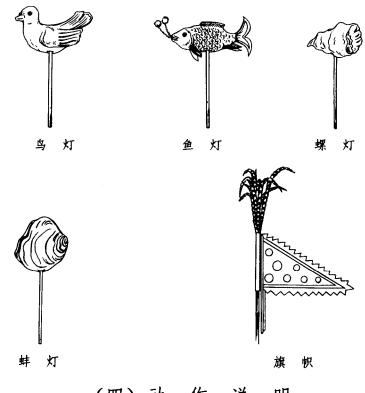
1.大白象 用竹竿,竹片和竹圈扎成象身骨架,全长 7.5 米,宽 2.5 米,高 1.8 米,其中象鼻长 3 米,用二十四个竹圈,最大的直径 40 厘米,最小的 10 厘米,从大到小,第一个到第十五圈,每个小 2 厘米,从第十六个到第二十四个圈均为 10 厘米,根据象鼻的长度用细丝绳分别连结五道,鼻尖处用一块略大于 10 厘米的圆木板挡住,与鼻中一根约 5 米长的竹竿细头相连,成为控制象鼻的鼻撑竿。象腹内前后各有一根横撑竿,为舞象者控制象身的抬竿。外用白布做成象皮,套在骨架上,在布上绘象的眼、耳、鼻、牙、鼻辔、鼻鞍等(参见"造型图")。



1864

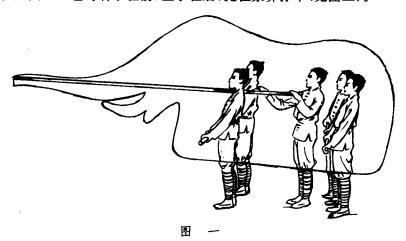
4 人口家

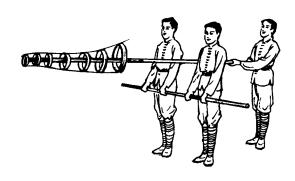
- 2. 鸟灯、鱼灯、螺灯、蚌灯 均为用竹、木扎架,纸糊彩绘,手柄长约 1.5 米。
- 3. 旗帜 将绸或布三角旗,镶牙边的直角边套在竹杆上,杆顶插一簇雉尾羽毛。



(四)动作说明

1. 大象的操纵法 五人钻入象腹中,其中四人站成两排,均将自己的长布腰带从背后 搭于右肩拴牢在横撑竿上,双手端住横撑竿将象身抬起,另一人站在四人中间,将象鼻撑 竿扛在右肩(见图一),也可右手在前,左手在后,托住象鼻撑竿(见图二)。





图二

#### 2. 大象走步

第一~二拍 左脚向左前迈步,右脚微旁抬,身顺势稍左倾。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

提示:此动作可一拍走一步,做时幅度缩小。

#### 3. 大象抬鼻

第一~四拍 起左脚向左前上三步,同时执象鼻撑竿者压左手抬右手使象鼻经前伸向左前高抬,端象身者前二人上步后双手上抬,使象身随之向上立起。

第五~八拍 起右脚后退三步回至原位,同时收回象鼻,象身回原位。

第九~十六拍 做第一至八拍的对称动作。

#### 4. 大象摆鼻

做法 一拍一步做"大象走步",同时使象鼻先向左前再向右前随势摆动。

#### 5. 大象扭臀

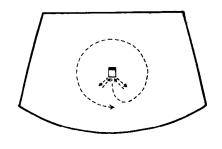
做法 一拍一步做"大象走步",同时端象身的后二人向左右移位,使象臀随势左右扭动。

#### 6. 象鼻尖绕花

做法 一拍一步做"大象走步",同时伸长象鼻、用鼻尖随势向左右绕横"∞"形花。

# (五)跳 法 说 明

表演时,先由打击乐队在前引路,鸟、鱼、螺、蚌灯和旗帜随后,大白象走在最后,沿村寨绕行至表演场地。进场(院)后,以主家房门为正前方,打击乐队排在后方正中,面向前,鸟、鱼、螺、蚌灯与旗帜分左右站在乐队两边。大白象(□)于场中面向前表演。



锣鼓点无限反复 大白象面向主家向左前、右前、正中做"大象抬鼻"三次,接做"大象走步"按图示路线绕一大圈至场前,面向前做"大象摆鼻"数次后绕一小圈成面向后,做"大象扭臀"数次,再顺时针方向退行绕一大圈,然后面向7点做"象鼻尖绕花"逆时针方向绕行一周后结束。

# (六) 艺人简介

**杨必德** 男,蒙古族,1926年生,通海县兴蒙乡交椅弯人,是龙狮灯老板,会舞"地会"中的龙狮灯等多种舞蹈。

**王文艺** 男,蒙古族,1925 年生,通海县兴蒙乡下村人,是灯夹戏老板,除会舞大白象外,更擅长花灯歌舞及花灯戏表演。

传 授 招荣顺

王文艺(蒙古族)

杨必德(蒙古族)

编 写 李景泰

绘 图陈恒

执行编辑 吴嘉娴、吕 波

# 跳 蒙 家

#### 

"跳蒙家",源于大理祥云县禾甸区老街现流传于该区的新泽、上赤、大淜、黄莲等乡村,俗称"跳鞑子"。舞蹈主要用于驱鬼避邪,祈求吉泰平安。除此之外,也作为一种表演性节目参加春节期间的民间演出活动,深受当地群众的喜爱和欢迎。

跳蒙家一般在春节期间演出,由民间的花灯队扮成"蒙古族男子"和"蒙古族女子"(男扮女装)到人家中的堂屋里跳。跳时,舞者穿传统的蒙古族服装,脸上画有简单的脸谱。舞蹈分前后两个部分:前一部分民间称"驱邪舞",以打击乐器伴奏,舞者不唱,表现的是驱邪内容;后一部分称"唱太平",以唱为主,舞者边唱边舞,曲调为《十杯酒》,全曲唱词共十段,内容丰富生动,曲调起伏流畅,歌声轻松自如。

(二) 音乐

传授 赵培青等记谱 赖国华

1 = F 中速

2 (32 31 | 23 21 | 65 51 | 23 2 | 35 51 |

3 21 | 65 51 | 23 2 | x x 0 x | x x x) |

1868

曲谱说明: 1. 原词十段,由于在家中演出,时间不宜过长,此处仅选两段; 2. [9]至[10]为鼓和钹插奏。

# 鼓 钹 点

# (三) 造型、服饰、道具

#### 造型



男舞者



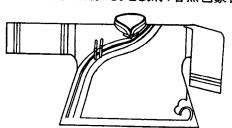
女舞者

# 服 饰(除附图外均见"统一图")

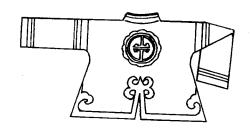
1. 男舞者 戴头盔,穿蒙古上衣,长裤,腰围前襟、后襟,披毛披肩,着黑色蒙古靴。



头 盔



蒙古上衣(正面)



蒙古上衣(背面)



前襟









后 襟

披肩

皮 鄞

假发辫

2. 女舞者 戴假发辫,戴头箍(参见"造型图"),穿女式窄领大襟上衣,长裤,系围腰, 着布鞋。

# 道具

- 1. 灯笼 用竹篾编扎骨架,外糊彩绸或彩纸,下坠一圈丝穗。
- 2. 花鞭 取 1 米长的藤条,缠上彩色花线。
- 3. 彩扇(见"统一图")



灯笼骨架



灯 笼



花 鞭

# (四)动作说明

#### 1. 跳摆步

准备 双手各握一根花鞭背手于身后,鞭梢朝上,使鞭杆靠上臂,自然站立。 第一拍 左脚向前跳一步微屈膝,同时右脚向右前稍抬起,微开胯,身微仰向左后,目 视右前(见图一)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

2. 跳吸步

准备 同"跳摆步"的准备。

第一拍 左脚向前跳一步踮一下脚跟并顺势屈膝,右膝靠向左膝,右小腿随之后抬 45 度,同时右肩向前带动上身向左拧,双臂自然前后甩动,目视右前(见图二)。

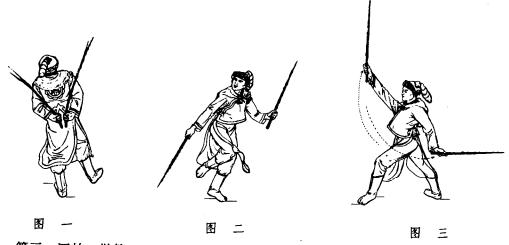
第二拍 做第一拍的对称动作。

3. 弓步扬鞭

准备 双手各持一鞭于身两旁,自然站立。

第一拍 左脚向前跨一步,身微前俯,右脚微离地。

第二拍 落右脚成左"前弓步",右手持花鞭由后经下向右上方扬鞭,左手同时向左后甩鞭,上身直起,目视前方(见图三)。



第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

4. 马步扬鞭

准备 同"弓步扬鞭"的准备。

第一拍 双脚原地跳起,顺势耸肩稍提肘。

第二拍 双脚跺地成"大八字步半蹲",双手顺势经胸前向上分开,分别向左前、右前上方扬鞭,目视左前方。

第三~四拍 同第一至二拍。

5. 刷腿插脚步

准备 同"跳摆步"的准备。

第一拍 左腿微屈膝快速做"鼼腿",顺势左转四分之一圈左脚落地。

第二拍 右脚在左脚旁跺地一下,左腿关膀,左小腿向左后稍抬起。

第三拍 左脚向左插出一步成左"旁弓步"。

第四拍 移重心的同时右转四分之一圈成右"前弓步"。

提示:以上四拍动作双手随脚步自然摆动。

## 6. 歲胯灯

准备 站右"踏步",左手提灯笼于身左前,右手执扇托灯底。

第一拍 右脚向右一步成右"旁弓步",同时向右送胯,双手将 灯摆至右胯前。

第二拍 移重心成左"旁弓步",同时向左送膀,双手将灯摆至 左前上方,身随灯自然崴动。

## 7. 莲步云灯

准备 站左"踏步",左手提灯于胸左前,右手握扇于胸前。

做法 起左脚踮脚向前做"碎跑步",同时双手四拍一次在胸前 由前向里交替划立圈,腰、肩随之自然地前后划动,目视灯(见图 四)。



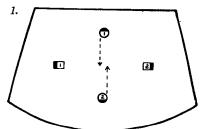
图四

# (五)场 记 说 明

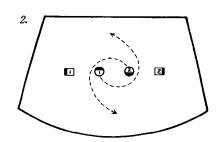
# 驱邪舞

男舞者(□) 二人,简称"男1号、男2号"。

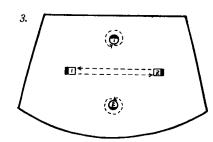
女舞者(○) 二人,男扮女装,简称"女1号、女2号"。



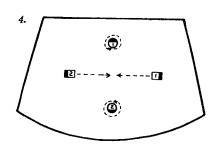
鼓钹点无限反复 女做"莲步云灯"按图示路线至台中;男原地做"跳吸步"四次。



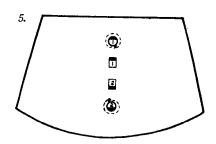
动作同上。女按图示路线互绕一圈回原位。



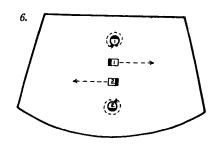
男做"弓步扬鞭"四次按图示路线交换位置;女做 "莲步云灯"自转一圈。然后再反复场记1至场记2。



男做"跳吸步"四次至台中;女做"莲步云灯"向左 自转一圈后成下图位置。

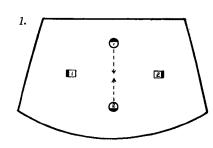


男原地做"马步扬鞭"两次,成男1号面向7点、男 2号面向3点,女做"莲步云灯"向右自转一圈。



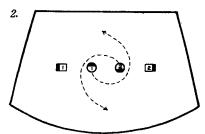
男做"跳吸步"四次按图示路线至两侧,女做"莲步云灯"向左自转一圈。然后再重复一次场记 4、5、6,只是男将"跳吸步"改做"跳摆步"。舞完曲止。

# 唱太平



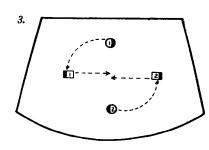
#### 《十杯酒》

〔1〕~〔2〕 女做"莲步云灯"按图示路线至台中; 男右手持鞭于身右旁,左手持鞭于身右前,右腿为重心,微吸左腿,原位站立。

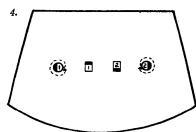


〔3〕~〔5〕 女做"莲步云灯"按图示路线互绕一 圈回至原位;男姿态不变。

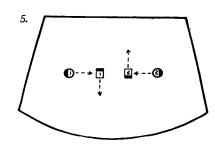
[6]~[10] 重复[1]至[5]动作及调度。



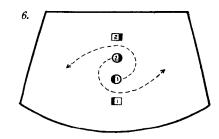
〔11〕~〔14〕 男做"鹝腿插脚步",女做"莲步云灯",按图示路线各至下图位置。



〔15〕~〔18〕 男原地做"崴胯灯";女做"莲步云灯",女1号向左,女2号向右,各自转一圈。



〔19〕~〔22〕 男做"跳吸步",女做"莲步云灯", 按图示路线各至下图位置。



〔23〕~〔25〕 男原地做"跳吸步",女做"莲步云灯",按图示路线互绕至台两侧。曲终舞止。

传 授 赵培青等

编 写 赖国华、杨学英(白族)

吴嘉娴

绘 图陈恒

资料提供 菡 芳(白族)

执行编辑 吴嘉娴、吕 波

# 布依族舞蹈

主 编 颜德芳 副 主 编 丁 超 责任编辑 丁 超



# 布依族民间舞蹈概况

云南布依族主要分布在与贵州省黔西南州、广西百色地区接壤的罗平县,河口、马关、雄镇、彝良、鲁甸等县也有部分散居的布依族人。

布依族属我国南方古"百越"的一支。汉文古籍中称"沙人""百濮";本民族自称"布雅依""布叶依"或"水户"。

地处云贵高原中的低河谷地带,属南亚热带气候。土地肥沃,雨量充沛,适宜于农作物的栽培和成长。几千年来,布依族以自给自足的自然经济占主导地位。人们在封闭的状态下从事简单的生产,捕鱼、狩猎、纺线织布,以江河为邻、野兽为伴,自然灾害频繁,瘴气萌生的疟疾连年夺去成家成寨人的生命。

1949年全国解放后,人民政府十分重视布依族地区的经济建设和物产的开发利用, 文化教育事业也有了进步,人民生活水平日渐提高。

布依族有本民族语言和文字。语言属汉藏语系壮侗语族壮傣语支,文字则只在布依族族谱、家谱和祭祀专文中使用。解放后,经国务院批准在部分民族小学中试教拉丁字母型布依族文字,但并没有普及。现在,布依族民众中仍以汉语作为学习和交际的工具。

布依族传统信奉自然神,没有严格的教规教义。山神、水神、火神、寨神、树神总称五神,每年有专门的节日祭祀。么公或师公是民间祭祀和婚丧活动的主持人,由寨中大家族里德高望重者继承和担任。

布依水乡盛产竹木,一般家庭的生产、生活用具及器皿全部用竹木做成。房屋为"干栏式"建筑,三间三层竹木结构,不砌墙,四周用毛竹或凤尾竹编扎遮拦。一楼关牲畜,二楼住人,三楼放东西。楼面用木板或凤尾竹铺成。尾侧用毛竹搭一大阳台,是晾晒粮食、衣物、

布料和供人们休息乘凉的地方,有门直通正房楼面。

布依族婚姻为一夫一妻制,青年男女从十多岁起便会"赶表"和"玩表"。每逢民族节日,便到歌场唱情歌,通过唱歌和"摆白"达到男女间互相认识,了解家世,进而相慕相恋,然后请媒人说亲结婚。布依族家庭长幼孝悌的道德观念很浓,夫妻婚后关系比较稳固,几辈同堂者甚多。

布依族民族传统节日活动很多,除了祭祀山、水、火、树、寨五神外,比较有特点的是 "二月二"歌会,"三月三"歌节和"祭老人房"。

"二月二"传统歌会是九龙河、块泽河沿岸——长底布依族乡的传统节日,青年男女从春节开始便涌到歌场唱情歌,直到"二月二"以后才回家从事生产活动。历时一个多月,中间有三个高潮期:一是正月初二,二是正月十六,三是二月初二。高潮期内,邻近县乡的青年男女都涌到九龙十瀑的歌场对歌、唱花灯、踩高跷、荡秋千、摔跤。歌声此起彼落,热闹非凡。高潮期过后,相约分散到附近布依村寨,成天成夜地对歌和表白(互相低声吟唱自己的身世,理想和倾诉对对方的爱慕),有的青年干脆背着干粮,餐风露宿,玩一个月后才回家生产。

"三月三"是八大河布依族乡群众的节日,一般过三天,即农历三月初三到初五。青年男女彩衣盛装,聚集在秀丽的多衣河、八大河边、赛竹筏、打水枪、泼节日圣水。恬静的布依族少女,足踏微波,手攀垂柳,甜蜜的情歌流出朱唇,激励自己爱慕和思恋的"表哥"去击败对手。家家户户织蛋包(用丝线或毛线织成网,分装红、黄、绿、蓝、白五个鸡蛋,送给亲人和情人),染五色花饭(从山里采集无毒染料将糯米饭染成红、黄、青、蓝、紫五种颜色食用),村村寨寨杀牛宰羊,男女老少载歌载舞,欢度自己的佳节。

"祭老人房"是布依族一个典型的封闭性节日。每个布依村寨都盖有专供祭祀用的"老人房",里面供有神牌、香案、铜鼓等。祭老人房从农历二月的第二个属兔日开始,进行三天。村中选出几个德高望重的老人抬着三牲祭品到老人房祭祀。仪式在肃穆的气氛中进行,不准讲话和哭闹。然后,在里面分食供品。祭祀结束后,老人回到家里要静卧三天,不跟家人说话,吃饭要送到床前。三天内不准村人外出,不准动用生产工具,更不准外人闯进村中(村口用荆棘拦住)。若有哭闹和外人闯入,就冲乱了祭祀,便要重祭,重祭的一切费用要由肇事者负责。亲朋和外乡干部可以在祭祀的前一天进寨子过节,但是,三天后才准离开。

布依族是一个勤劳聪慧、能歌善舞的民族,青年男女唱情歌,可唱三天三夜不重复;民族舞蹈因受时间、场地、道具、乐器等方面限制,不象民歌那样自由和随意。但是,每逢节日和丧葬,爱跳爱玩的人便会瞅准机会,跳起各种舞蹈。

布依族民间舞蹈有反映人类生产、狩猎、丧葬、祭祀的"马郎舞",有人们寄托某种信仰 1880

的"跳大魂"(巫舞),又有反映古代战争及兵器演练起娱乐和健身作用的"把式舞"(兵器舞),还有利用外来艺术形式和本民族传统舞蹈融合的起娱乐和欣赏作用的"高跷舞"、"狮子舞"、"霸王鞭舞"和"花灯歌舞"等。

布依族舞蹈在动律上表现出的特点是上柔下弯。上肢转体扭摆动作轻舒自然,手臂动作以环状和悠摆居多;下肢多为屈膝和盘腿,胯臀的扭摆和膝关节的屈伸牵动上肢。步履轻盈舒展,间有小步颠跳,腰腿多呈蛇形弯曲,故有"腿弯弯"和"三节弯"之说。

(执笔:颜德芳)

# 马 郎 舞

# (一) 概 述

"马郎舞"是云南布依族最具代表性的舞种,流传于罗平县黄泥河、九龙河畔的布依族地区。

马郎舞属丧礼中仪式舞蹈,由于舞队须由死者姑爷(女婿)请来,布依语称姑爷为"马郎",故名。相传远古时期,布依人死后不兴土葬,而是将死人煮熟了让活人吃。

一天,有位老人进山"守青"(看守即将成熟的庄稼),因疲劳而在地边睡熟了。一群猴子来偷吃庄稼,见到地头睡着的老人,以为他死了,便围着他哼啊跳啊,企图救活他。老人惊醒后看到此情景,由于好奇,便假寐观看。

众猴跳了一阵,见救不活他,猴王便命众猴将"死人"抬进山洞,刨坑安埋。土坑刨好后,将"死人"轻轻放入坑内,众猴子又围着坑穴跳起了舞蹈。舞毕,便往"死人"身上盖土。这时,老人一跃而起,用石块驱散众猴,回家后把所见奇情告知村人。从此,布依人学会了土葬,并在丧葬时模仿猴子跳起了哀伤的舞蹈。

跳马郎在举丧的头一天进行,整个过程约需六小时方可完成。届时,丧家先在院内栽三棵很高的"幡杆"(从山上砍来的青松树,上留树杈供挂祭品用,幡杆上挂"吊钱""孝帛"、"幡笼"(吊钱即薄绵纸打印的纸钱,孝帛是一块六丈六尺六寸长的白棉布,幡笼是篾编外裱花纸的棺罩)。树下设"香案",上供清香、油灯、蜡烛、灵牌、粮斗及三牲祭品。另有一顶用纸钱做的仿亭子式的"鬼伞"。

么师(又称"么公""老摩",祭祀主持人)立于香案前,肩扛大刀,一手提雄鸡,用布依语吟诀颂咒,以"法水"镇邪(用酒衔入口内,再喷到燃烧的香烛上),气氛十分肃穆庄严,名曰 1882

"请师"。然后进行马郎舞,由两部分组成:第一部分叫跳"么谷赏"(又叫跳"马郎"),第二部分叫跳"奥节"又叫"转场"。

么谷赏舞队由十五到二十名男性组成。舞时队形为大圆圈,第一人为"牵牛人",手执芦苇代牛绳;第二人为"犁地人",双手执竹代犁铧;第三是并行的两位老者;右为么师,左手握拐棍,右手执毛巾,左边是男扮女装的老妇人,倒背竹箩。后面是死者的一亲属,执鬼伞遮护二老人。死者的女婿提酒壶随么师右旁侍侯。后面是吹鼓手和众舞者依次排列:吹唢呐二人,执锣、钹、鼓、镣各一人,其余舞者执毛巾,人数不限。最后面是"骑马人",以竹竿代马夹于胯下,边舞边做打马状。

众舞者所持道具不同,动作形态也不相同,但动律风格和节奏却很协调,配合默契。最有特色的舞者是牵牛人、犁地人、骑马人。他们的舞蹈除模仿生活中的生产、劳作外,还模仿动物滑稽诙谐的动作。

跳完么谷赏,众舞者围坐于灵前唱"么温报"(孝歌)。唱完么温报,接着跳奥节。跳奥节的舞队由死者的孝男孝女组成,人数不限,舞者全身犒素,各人手执一炷点燃的清香绕圆圈转场。圈内一么师端着盛有稻、豆、粱、麦、黍、稷等五谷的篾箩,一边滑稽地舞蹈,一边把五谷撒向众孝子。五谷代表神、禄、吉、祥、寿,表示赐福于后辈儿孙。孝男孝女们边舞边做争相接纳五谷状。

撒完五谷,紧接着的仪式是"抢鬼粑粑",么师高绾一只裤腿,提着两捆竹叶裹的糯米粑粑。从转圈的孝男孝女们身旁边舞边跳,逗引孝子们来抢鬼粑粑。孝子们一边争抢粑粑,一边把燃烧的香火朝么师绾着裤腿的光腿上烙去,么公诙谐躲避。习俗认为哪个抢到的粑粑多,就能丰衣足食。

马郎舞中生活的、自然的模拟形态较多,总的看来,下肢弯曲颠跳动作较多,步伐轻柔舒颤,腰臀的扭摆下压,牵动膝关节的屈伸回环,往往一拍重似一拍。上肢以横向、斜向运动为主,转体和扭摆动作也常有出现,显得悠闲轻松,外柔内健。

# (二) 音 乐

传授 刘正积(布依族) 记谱 成其昌

# 锣鼓点一

				处何															
皮小	鼓镲	$\begin{bmatrix} \frac{2}{4} \\ 2 \end{bmatrix}$	X	X	X	X		X	X		X	X		X	X		X	0	i
铜	鼓	$\frac{2}{4}$	X	X	X	0		X	X		x	X	1	X	X	1	X	0	1
小大	锣钹	2 4 2 4	X	0	X	0		X	0	İ	X	0		x	x	1	0	0	

中海恐惧

稍快

献 汤 食 (唢呐曲)

中速稍快

$$\frac{2}{4} \stackrel{\$}{4} 4 \quad 5 \quad | 6 \quad i \quad | 5 \quad 6 \quad | 5 \quad \underline{6} \quad 5 \quad | \frac{4}{4} \quad 5 \quad \frac{\$}{4} \quad - \quad |$$

$$\frac{2}{4} \stackrel{\$}{6} i \quad 5 \mid \frac{4}{4} \quad 6 \stackrel{\$}{6} \quad 6 \quad - \quad 0 \mid \frac{2}{4} \quad 5 \quad 6 \mid \underline{5} \quad 6 \quad 5 \mid \underline{3} \quad \underline{6} \quad 5 \quad \underline{5} \quad \underline{3} \quad \underline{3} \quad 5 \mid$$

$$\frac{4}{4} \stackrel{\$}{5} \quad - \quad 0 \quad \mid \frac{2}{4} \quad 5 \quad \underline{6} \quad \mid \underline{5} \quad 3 \quad \mid 5 \quad \underline{6} \mid \underline{5} \quad 3 \quad \mid \frac{3}{4} \quad 3 \quad 5 \quad - \mid$$

$$\stackrel{\$}{3} \quad 0 \quad 0 \mid 5 \quad 5 \quad - \mid \frac{4}{4} \quad \underline{5} \quad \underline{6} \quad 5 \quad - \quad 0 \mid \frac{3}{4} \quad 5 \quad \underline{5} \quad 0 \quad 5 \mid \frac{4}{4} \quad 6 \quad \underline{5} \quad \underline{6} \quad 3 \quad - \mid$$

$$\frac{2}{4} \quad 0 \quad 0 \mid 5 \quad 5 \quad \mid \frac{3}{4} \quad 6 \quad - \quad 0 \quad \mid \frac{4}{4} \quad 6 \quad \underline{5} \quad 6 \quad 5 \quad 5 \mid \frac{2}{4} \quad 6 \quad \underline{3} \quad - \mid$$

$$0 \quad 0 \quad \mid 5 \quad - \quad \mid \frac{4}{4} \quad \underline{5} \quad 6 \quad 5 \quad - \quad 0 \quad \mid \frac{3}{4} \quad 5 \quad \underline{5} \quad 6 \quad 5 \quad \mid \frac{4}{4} \quad 6 \quad \underline{5} \quad 6 \quad 3 \quad - \mid$$

$$\frac{2}{4} \quad 0 \quad 0 \mid 5 \quad - \quad \mid \frac{4}{4} \quad \underline{5} \quad 6 \quad 5 \quad - \quad 0 \quad \mid \frac{3}{4} \quad 3 \quad \underline{5} \quad \underline{5} \quad 6 \quad 5 \quad \mid \frac{4}{4} \quad 6 \quad \underline{5} \quad 6 \quad 3 \quad - \mid$$

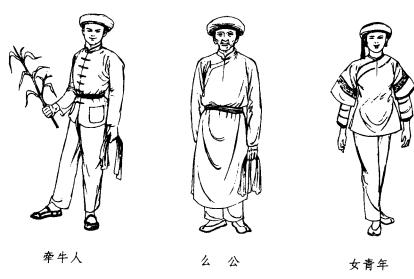
$$\frac{2}{4} \quad 0 \quad 0 \mid 5 \quad - \quad \mid \frac{4}{4} \quad \underline{5} \quad 6 \quad 5 \quad - \quad 0 \quad \mid \frac{3}{4} \quad 3 \quad 5 \quad \underline{5} \quad 6 \quad 5 \quad \mid \frac{4}{4} \quad 6 \quad \underline{5} \quad 6 \quad 3 \quad - \mid$$

# 送 魂 调 (唢呐曲)

中速  $5 \quad \underline{6} \quad \underline{5} \quad | \quad \dot{3} \quad \underline{\dot{3}} \quad \dot{\underline{\dot{5}}} \quad | \quad \dot{2} \quad \underline{\dot{3}} \quad \dot{\underline{\dot{5}}} \quad | \quad \dot{1} \quad \underline{\dot{2}} \quad \dot{\underline{\dot{3}}} \quad | \quad \dot{1} \quad \underline{\dot{1}} \quad \underline{\dot{6}} \quad | \quad 5 \quad \underline{5} \quad \underline{6} \quad |$  $\dot{5}$   $\dot{2}$   $|\dot{2}$   $\dot{5}$   $|\dot{\underline{5}}$   $\dot{\underline{2}}$   $|\dot{\underline{3}}$   $\dot{\underline{5}}$   $|\dot{\underline{2}}$   $|\dot{\underline{3}}$   $|\dot{\underline{5}}$   $|\dot{\underline{5}}$   $|\dot{\underline{6}}$   $|\dot{\underline{5}}$   $|\dot{\underline{2}}$   $|\dot{\underline{3}}$   $|\dot{\underline{5}}$  $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{5}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{1}$   $\dot{1}$   $\dot{5}$   $\dot{6}$   $\dot{5}$   $\dot{6}$   $\dot{1}$   $\dot{2}$   $\dot{3}$   $\dot{5}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$   $\dot{2}$  $\dot{5}$   $\dot{\underline{5}}$   $\dot{\underline{2}}$   $\dot{\underline{3}}$   $\dot{\underline{2}}$   $\dot{5}$   $\dot{\underline{2}}$   $\dot{\underline{2}}$   $\dot{\underline{5}}$   $\dot{\underline{5}}$   $\dot{\underline{2}}$   $\dot{\underline{3}}$   $\dot{\underline{5}}$   $\dot{\underline{2}}$   $\dot{\underline{3}}$   $\dot{\underline{5}}$   $\dot{\underline{5}}$   $\dot{\underline{2}}$   $\dot{\underline{3}}$   $\dot{\underline{5}}$   $\dot{\underline{5}}$   $\dot{\underline{2}}$ i <u>i 6</u> | 5 <u>5 6</u> | 5 2 | i i | <u>2 3</u> 6 | 5 <u>5 i 2</u> | <u>6. 5</u> 3 | 5 <u>5 6</u> | <u>3 5</u> <u>6 6</u> | 5 <u>5 5</u> | 5 -

# (三) 造型、服饰、道具

## 造 型

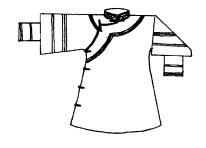


# 服 饰(除附图外,均见统一图)

- 1. 牵牛人、犁地人、女婿、鼓手、镲手、钹手、锣手 均头缠 160 厘米长、10 厘米宽的蓝色长帕,穿蓝靛色对襟上衣、蓝靛色中式长裤,黑布鞋,系蓝靛色腰带。
- 2. 女老人、女青年 均头缠蓝长帕,帕尾垂于头右后。穿蓝色右衽大摆衣(领口、襟边、袖口镶有翠蓝色花边,衣袖为半戴大袖套小袖,袖上镶有紫、蓝、黄色花边)、蓝色中式女裤、黑布鞋。



女青年头饰



右衽大摆衣

3. 么公、持鬼伞人 均头缠黑色长帕,身穿蓝靛色长衫、蓝色中式长裤、黑布鞋,系黑腰带。

## 道具

1. 白毛巾、酒碗、酒壶 均为生活用品。

- 2. 长 130 厘米的三根竹竿。
- 3. 篾箩 用竹篾编成。
- 4. 大刀(见"统一图")
- 5. 鬼伞 似生活用伞,伞面贴吊钱(即冥纸钱)。
- 6. 花鼓、镲、钹(见"统一图")
- 7. 鬼粑粑 用竹叶包上糯米煮熟,呈扁型,用线穿成一长串。
- 8. 树枝或芦苇枝 随意截取 50 厘米左右即可。







鬼

鬼粑粑

# (四)动作说明

1. 平步

做法 一拍一步慢步前行。

2. 牵牛

第一~二拍 右手拿苇枝,左手拿毛巾。左脚后撤一步的同时,身体前俯,双膝微屈,双手先左后右交替向外划圈,左手划至左前方,右手划至右前方(见图一)。

第三~四拍 右脚起向后撤两步,同时上身微后仰,双手先右后左向外划圈,右手划至眼前,左手划至左下方。

第五~六拍 右脚向后撤一步同时向右转四分之一圈,成"大八字步"半蹲,右手经后向前甩至两腿中间,左手由下向上甩至胸前,上身前俯(见图二)。



图一



图 \_

第七~八拍 左脚向后撤一步的同时向左转四分之一圈,上身立起,左手甩至左旁, 右手撩至头前上方。

第九~十拍 右脚原地跺一下即后撤成左"虚步",上身前俯,同时左手自然摆动,右 手由上往下甩至双膝前。

第十一~十二拍 接做右"端腿"向右转一圈,右手顺势划至右上方,左手自然摆动。

第十三~十四拍 右脚落向左前成左"踏步"半蹲,上身前俯,右手划至裆前,左手从下往上甩至胸前。

第十五~十六拍 左脚上步的同时,立身向右转四分之一圈,随即右脚前踢,左脚顺势小跳一下,右手由下甩至右上方,左手自然摆动。

#### 3. 犁地步

第一~二拍 起左脚向前跑跳两步,同时双手握竹竿向左前下方送出收回两次似犁 地状(见图三)。

第三~四拍 左脚向前跳出顺势颠跳一下,同时右腿前踢,左手扶犁,右手拿毛巾在右上方挥动一下,上身随之向后仰(见图四)。



图三



图四

第五~八拍 腿做第一至四拍的对称动作,上身动作不变。

#### 4. 钹鼓步

第一~三拍 起左脚向前跳三步,同时双手在腹前击乐三次。

第四拍 撤右腿一步同时向右转四分之一圈,双手打开至"山膀"位。

#### 5. 锣步

第一~三拍 左脚起向前跳三步,同时双手在腹前击锣两次后,左手将锣向上抛起。 第四拍 右脚落地的同时,左手接锣。

## 6. 骑马步

准备 左手握竹竿上端,双腿跨在竹竿上,右手执一树枝(马鞭)。

第一~三拍 左脚向前跳三步,右腿屈膝抬起同时,右手拿马鞭一拍一次打击竹竿下 1888 端似赶马状。

第四拍 右"旁吸腿"跳一下,右手在头顶挥动一下马鞭。 7. 撤谷

准备 自然站立,左裤腿高绾起,左手端碗,右手自然下垂。

第一~三拍 左脚起向前屈膝高抬腿跑三步,上身微前俯,第 三拍右手从碗中抓一把谷物。

第四拍 右脚前落同时左腿稍后抬,右手将谷物向前撤出(见图五)。



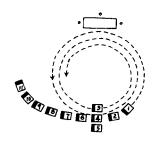
图五

# (五)跳 法 说 明

跳马郎多在丧家院内表演,舞蹈角色众多,有牵牛人(①)左手持毛巾,右手持芦苇或树枝;犁地人(②)双手持竹竿,右手加握一条毛巾;女老人(③)倒背一篾箩,双手在胸前端一碗酒;么公(图)左肩扛一把大刀,右手端一碗酒;女婿(⑤)左手端一碗酒,右手提一酒壶;持鬼伞者(⑥),右手持一把鬼伞;鼓手(⑤)左手抱一花鼓于左腰旁,右手执鼓槌;镲手(⑥)双手各握住镲的隆起部位;钹手(⑥)执钹法同镲手;锣手(⑥)左手持锣,右手执锣槌;骑竹马者(⑥),双腿跨在竹竿上。

舞时,院内栽三根幡杆(○),幡杆上分别挂上"吊钱"、"孝帛"、"幡笼",杆下设香案,供上三牲祭品及五谷。么公在香案前"请师"后,开始跳《么谷赏》,跳时由唢呐吹奏[献汤食]及[送魂调],跳毕便围坐于灵前唱"么温报",然后接跳"奥节"。跳"奥节"是由死者亲属组成的,人数不限,舞者全身稿款,每人手持一根清香,围成一圈,分"撒谷"和"抢鬼粑粑"两个部分,直至五谷和鬼粑粑被抢完,舞蹈结束。

# 么 谷 賞



锣鼓点一无限反复 牵牛人做"牵牛";犁地人做 "犁地步";女老人、么公、女婿、持鬼伞者及吹唢呐者均 走"平步";鼓手、镲钹手做"钹鼓步";锣手走"锣步";骑 竹马者做"骑马步",依次边舞边逆时针方向绕跳三周。 然后,再顺时针方向跳半圈,全体回到香案前,结束。 锣鼓点二无限反复 众舞者逆时针方向走"平步"绕圈;么公在圈内做"撒谷",撒到哪个方向,哪个方向的舞者便争相接捧五谷,直至么公将五谷撒完。接着,么公手提鬼粑粑至圈内,面向圈上人随意走"钹鼓步",众舞者仍逆时针方向走"平步"绕圈,并自由地上前争抢么公高举的鬼粑粑,同时乘机用香火烙烫么公的光腿,么公顺着圆圈边躲闪,边做"钹鼓步",直至鬼粑粑被抢完。

# (六)艺人简介

**王立先** 男,布依族,生于1911年,住云南省罗平县钟山乡鲁布格村。布依族民间师公(老摩)。

王立先十六岁时同师兄刘成英一起拜鲁布格下寨师公黄三尧先生学艺。先在民间祭祀活动中打打下手,通过师傅口传身授,几年时间艺满学成,并在布依族民间祭祀舞蹈"马郎舞"中扮演主角。

二十岁以后,王立先同刘成英成了布依族民间正式师公,除主持村寨的丧葬祭祀活动外,还经常到接壤的富源,贵州兴义的布依族地区跳马郎舞,主持丧葬祭祀活动。

1986年,县集成办收集民间舞蹈时,两个年近八旬的老艺人主持了近八小时的祭祀和民间艺术活动,并在舞蹈中担任主角。同年刘成英病逝。王立先独立担负起鲁布格布依族民俗祭祀的主持,并传授弟子。由于王立先、刘成英的继承和发展,鲁布格地区布依族的传统民间习俗艺术保存比较完好。二位老艺人的名声誉满布依族及汉族、彝族地区。现年五十四岁的布依族知识分子、"马郎舞"的传授者之一的董自排是王立先最得意的弟子。

传 授 董自排(布依族)

编 写 颜德芳、丁 超

绘 图 雷 莹、陈 恒

资料提供 成其昌

执行编辑 丁 超、陈菊珍

# 野毛人舞

# (一) 概 述

"野毛人舞"流传于罗平县的九龙河、块泽河沿岸布依族聚居区。

相传在远古时期,布依族先民住在深山密林之中,野兽为害。凡村里死的老人,群众都要"闹丧",深山里的野毛人听到闹丧的锣鼓声,便躲到村寨附近窥视,悄悄跟踪抬丧的队伍到墓穴。待人们掩埋好死者离开后,野毛人便刨开坟堆,偷吃死人的尸体。人们多次发现自己的亲人的尸体被野毛人吃了,十分悲痛。后来人们想了个办法,在闹丧的同时,选两个精灵的人假扮成猴子,到密林中寻找野毛人玩耍。野毛人十分贪玩,抓住猴子的手臂便笑得昏死过去,而假猴子的手臂是套上竹筒的,待野毛人笑昏后,便将手臂轻轻退出竹筒便溜了。待野毛人苏醒过来,人们早将死者掩埋好回到寨中。野毛人只会走直路,不会转弯,它无法辨认抬丧的路线,便找不到坟堆。这样死者便可免遭分尸的劫难。

两个假猴子和野毛人在林中玩耍嬉闹的情景留传下来,就形成了野毛人舞蹈。

目前流传的野毛人舞是有故事情节,有伴唱伴奏,戏剧化了的表演性舞蹈。舞蹈除猴子和野毛人嬉戏的场面外,另有一场面是一个年轻的女子送郎出征。通过一对小夫妻生离死别,难舍难分的情景,表现布依族人民热爱祖国、热爱家园、热爱生活的美好愿望。全舞由五个人表演,踩高跷的夫妻二人,男子跷高 180 厘米,肩扛大刀;女子跷高 150 厘米,手执毛巾。假猴子二人头带猴面具,双手套竹筒,执棍。野毛人全身绑满稻草、样子显得较凶狠。伴奏乐器以二胡、笛子、三弦为主,配以锣、鼓、镲稳定节奏,场外加女声伴唱。伴唱的曲子是花灯曲调《十送情郎》。

野毛人舞演出时分两个表演区,两个猴子跟野毛人占一个表演区,模仿动物原始动作

较多,也有通过提炼后的夸张动态,引人发笑。另一个表演区是踩高跷夫妻,主要靠感情的流露加上如泣如诉的伴唱伴奏取胜,夫妻二人的舞蹈动作不多,甩手、擦泪、舞刀舞手巾都是为了表示主人翁难分难舍的感情。两个表演区的表演又相互交流,猴子和野毛人嬉耍的同时,又对踩高跷的两夫妻抓耳挠腮,似赞赏,似讽刺,显得诙谐滑稽,具有哑剧的艺术效果。

野毛人舞从内容上看,纵横交错,概括古今;从表现形式上看,它是原始的民间舞蹈向布依戏进化的产物,具有戏剧化的痕迹和对比手法的运用,舞蹈中的角色有一定的性格。

野毛人舞把古代两件不相关的事有机结合在一起,并能很好地穿插,相互反衬,给人杂而不乱,相得益彰的感觉。在表演风格上借鉴了其他民族优秀的表现艺术,又不失本民族的传统风貌,体现了布依族人民的开放性格和创造力,是民族团结和民间文化艺术交流的例证。

# (二) 音 乐

传授 熊照启(布依族) 记谱 李玉才

布依族野毛人舞,是配合踩高跷的一段完整舞蹈,舞蹈本身不受音乐的限制,反映的内容与高跷也不同,但两者又是有机的结合,舞者在《十送情郎》的曲调下舞动。伴奏乐器有二胡、笛子、月琴和打击乐器等。打击乐器根据情节敲击<sup>2</sup>节拍鼓点或[急急风],场外有女声伴唱。

# 十送情郎

1 = F 慢速

① 嘛: 读 mai,

## 【附】锣鼓点(配合歌曲反复演奏)

	2 X X		<u>x x</u>	<u>x x</u>	
小钹	$\frac{2}{4}$ $\chi$	<b>x</b>	x	X	
锣	$\frac{2}{4}$ 0	x	0	0	

# (三) 造型、服饰、道具

#### 造型









丈 夫

妻子

野毛人

猴子

## 服 饰(除附图外,均参见《马郎舞》)

- 1. 丈夫 头缠蓝色长帕,穿蓝色对襟上身,蓝色中式长裤、黑布鞋,系蓝色腰带。
- 2. 妻子 头缠蓝色长帕,穿蓝色右衽大摆衣、蓝色中式长裤、黑布鞋。
- 3. 野毛人 穿蓝色对襟上衣、蓝色中式长裤、黑布鞋,外套用稻草编扎成的草衣、草裤。



草衣



首 减

4. 猴子 戴猴子面具(用硬纸制,上画猴脸,眼部镂空),穿蓝色对襟上衣、蓝色中式长裤、黑布鞋。系蓝色腰带。



猴子面具

#### 道具

- 1. 高跷 硬木制成,两副,分别高 180 厘米、150 厘米,在跷上端 40 厘米处 凿榫眼,插入一块长约 15 厘米,宽约 10 厘米的脚踏板。每根跷上有一条长布带,作捆绑跷腿之用。
  - 2. 关刀(见"统一图")。
  - 3. 竹简 用直径 10 厘米,长 20 厘米的竹子制成。
  - 4. 草帽 日常生活用草帽。



高 跷

# (四)动作说明

## 1. 高跷步

准备 双脚各踩在一根高跷的踏板上,分别用布带将小腿和跷上端捆在一起勒紧。做法 身体直立,保持平衡,一拍一步向前走,两手随步伐自然摆动。

#### 2. 野毛人步

做法 站"大八字步",腿稍屈,一拍一步向前走,以膝顺势微颤动,手于"双山膀"位上下扇动,同时上身随步伐左右摇摆。

#### 3. 猴步

准备 双腿如"丁点步"状半蹲,左手五指捏拢似猴爪耷拉于胸前,右手提一长棍。

做法 二拍一步向前做"跑跳步",两腿顺势交替尽量前吸,同时弓背抠胸,上身前俯, 右手随意舞弄长棍。左手自然摆动,挤眼晃头,如猴子窜跳跑跃。

#### 4. 搔腮

做法 做"猴步"后成"丁点步"状半蹲,左手在左大腿外、右手于右腮旁做搔痒状。

#### 5. 脉望

做法 做"猴步"后,右腿微勾脚端起。右手抬至额前,手心向下,左手提棍背至身后, 1894 上身微俯,头左右摆动一次,随即向远处眺望。

#### 6. 羞势

做法 做"猴步"后,成右"踏步"半蹲,再盘坐于地,上身右倾,眼视左上方,左手向左 上方指出后,低头耸肩做含羞状。然后左手在左腮旁,右手在右大腿上做搔痒动作。

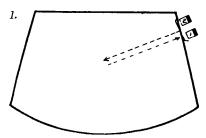
# (五)场 记 说 明

猴子(□□) 简称"猴1号、猴2号",均右手提棍。

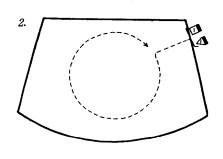
丈夫(▼) 双腿各绑一根高 180 厘米的高跷,右手持关刀扛于右肩。

妻子(♥) 双腿各绑一根高 150 厘米的高跷,右手拿一条毛巾。

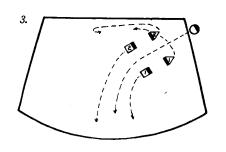
## 野毛人(○)



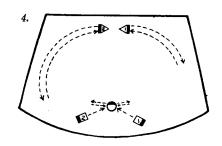
《十送情郎》无限反复 猴 1 号做"猴步"、"搔腮",猴 2 号连做数次"虎跳",二人同时从台左后出场至台中,做"搔腮"接做"眺望",走动着转半圈,面向 6 点做"眺望",然后二人仍做出场时的动作,从台左后下场。



猴 2 号跟在猴 1 号身后,妻子跟在丈夫身后,四人成两排从台左后出场顺时针方向绕场一周。动作如下:夫妻二人走"高跷步"两猴走"猴步",时而"搔腮",时而做羞势,时而做"眺望"左顾右盼,时而双手持棍在身前舞"∞"形棍花或右手举棍于头上方舞"∞"形棍花,并不时地与夫妻二人相互做对话状。四人边行进边即兴表演,走至下图位置。



野毛人做"野毛人步"从台左后出场走至台前; 两猴边走"猴步"边"搔腮"跟在野毛人身两侧行进; 夫妻二人做"高跷步"。各按图示路线至下图位置。



野毛人做"野毛人步"反复地左右走动;猴1号和猴2号动作同上,交替向前抢着拔野毛人身穿的草衣、草裤上的稻草;夫妻二人按图示路线往返着走"高跷步",观看猴子拔野毛人的稻草。直至野毛人身上的稻草被拔光,舞蹈即告结束。

传 授 刘正积(布依族)

王家兴(布依族)

编 写 颜德芳、丁 超

绘 图雷莹

资料提供 成其昌

执行编辑 丁 超、陈菊珍

# 狮 子 舞

### (一) 概 述

"狮子舞"流传于罗平县九龙河、块泽河、黄泥河沿岸的布依族地区。

布依族狮子舞是一种具有故事情节,富于戏剧性,表演程式化,人物个性化的表演性舞蹈。一般在民族节日活动中表演,有时也在丧葬活动中同其他舞蹈穿插表演。

狮子舞共分舞狮子、杀狮子、救狮子、再舞狮子几个舞段。表演者五人:舞狮子二人,"小猴子"二人,"笑和尚"一人。笑和尚是狮子舞的主角,性格幽默诙谐,动态潇洒自如,举 手投足处处引人发笑。两个小猴子在狮子和笑和尚之间插科打诨,时而卖乖讨好,时而挑 拨离间,制造笑料活跃气氛。

布依族狮子舞重在以情节的起伏跌宕和人物的鲜明个性取胜。笑和尚时而乐极生悲,时而痛哭流涕;时而悠哉狂舞,时而手忙脚乱。悬念,对比、误会,巧合几种戏剧化手法应用 得体,给人有柳暗花明之感。

表演注重情绪的变化。既有紧锣密鼓的热闹喜庆舞段;又有悲伤哀婉的慢节奏。演员的表演适度得体;或悲或喜,过渡自然。整个舞蹈没有一句道白和唱词,全凭细腻的动作和舞姿来推进情节的发展和变化。笑和尚以轻摇慢摆和双足尖交换点地,及臀部的扭摆下压,牵动足关节的动作贯穿始终。猴子和狮子则以模拟动物的形态为基础,临场即兴发挥,表演优劣跟表演者的表演技巧和临场经验不无关系。

布依族民间艺人刘正积说:"我们布依族跳狮子是向彝族学来的,但我们的祖辈又加以改造,成了今天这个样子。"民间艺人在学习和借鉴的同时最大的突破是将狮子人格化,同时又注意突出不同人物的不同个性,赋予它极强的生命力,给人自然亲切之感。

布依族狮子舞有时跟"把式舞"(兵器舞)结合表演,有时则跟布依花灯穿插表演。所以 布依族狮子舞又叫狮子灯。传说中龙灯、花灯、狮子灯曾结拜过兄弟,龙灯居长,花灯为次, 狮子灯最小。现在的农村演出活动中,若各灯班在路途相遇,则根据排行大小进行互拜。

# (二)音 乐

传授 刘正积(布依族) 记谱 成其昌

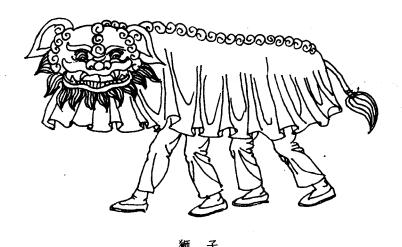
锣 鼓 点

中速稍慢

皮小	鼓 <b>镲</b>	$\left[\frac{2}{4}\right]$	x x		X	x	<b>x</b>	X	x	X	1	x	X	x	0	
铜	鼓	$\frac{2}{4}$	<b>x</b>	1	X	0	X	X	x	x		X	X	X	0	ļ
小大	锣钹	$\frac{2}{4}$	0		X	0	x	0	<b>X</b>	0		X	, <b>X</b>	0	0	

# (三)造型、服饰、道具

#### 造 型







笑和尚

#### 服饰

- 1. 舞狮者 两舞者服饰均同《马郎舞》中的男青年,身披狮衣。
- 2. 猴 带猴面具,其它同《马郎舞》中的男青年。
- 3. 笑和尚 带笑和尚面具,穿和尚服(参见"笑和尚造型图")、蓝色中式裤、黑布鞋。



猴面具

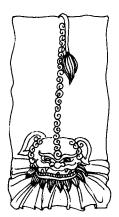


笑和尚面具

面具的制法:用硬纸剪成方形(猴)或人脸形(笑和尚),按需要画上脸谱,两眼处镂空,两耳处拴上系带。

#### 道具

- 1. 狮衣 用泥塑成狮头模型,上糊数层棉纸,待干后,取下纸壳彩绘成狮头,将狮头的下颌部分与面部分割开来,再将下颌用细绳或铁丝连接于面下,使狮嘴能闭合。狮皮用长 180 厘米、宽 160 厘米的花布制成,在花布中间 40 厘米处,缀一短绳,再绑上一撮红缨,制成狮尾,与狮头缝合成狮衣。
  - 2. 方桌一张。
  - 3. 彩带二条,绸质,每条长80厘米,宽10厘米。



狮 衣

### (四)动作说明

#### 1. 引狮步

第一~二拍 右脚向左前上一步,成"左踏步"半蹲,右手经胸前甩至右前上方,左手 经胸前甩至左后(见"笑和尚造型图")。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~八拍 起右脚一拍一步向右横走四步,走时,双膝微屈上下颤动,同时双手在 腹前随步伐先右后左自然摆动。

第九~十二拍 做第五至八拍的对称动作。

2. 狮子抬头

准备 两舞者身披狮衣,舞狮头者称"甲",舞狮尾者称"乙"。

第一~二拍 甲向前跳跃两步,将狮头左、右甩动一次,乙随之跳跃两步,身体随节奏 左右晃动。

第三~四拍 甲将狮头高高举起,将狮口闭、张两次。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

3. 猴步

做法 站"丁点步"屈膝半蹲,两手于胸前成猴爪状,上身微前俯,前吸腿自由向前跳步,两手自由做抓耳骚腮状。

4. 搔痒

做法 站左"丁点步"屈膝半蹲,上身微前俯,左手于左腮旁,右手于右大腿上做搔痒 状,亦可做对称动作。

5. 眺望

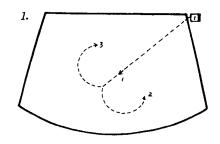
做法 猴站左"丁点步"屈膝半蹲,含胸缩肩,左手抬至额前,手心向下,上身左右微摆,做眺望状,右手背至身后,亦可做对称动作。

# (五)跳 法 说 明

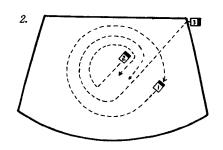
猴(国团) 二人。

狮子(▽) 二人同披一狮衣,舞狮尾者上身前俯,双手扶舞狮头者的腰部。

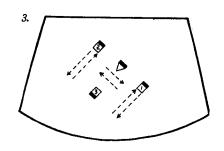
笑和尚(图) 左右手各持一条彩带。



锣鼓点无限反复 两猴一前一后做"猴步"出场,至台中箭头1处时做"眺望"两次,再做"猴步"按图示路线行进,1号至箭头2处,2号至箭头3处。

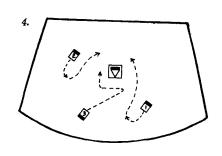


笑和尚做"引狮步",狮子紧跟笑和尚做"狮子抬头"出场至台中,两猴围着狮子前后做"猴步",随后跟着笑和尚绕场一周回到台中。

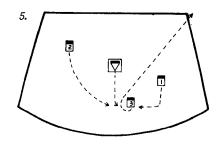


笑和尚逗引着狮子向左右各翻身打滚一次后,立起。两猴子在旁反复做"猴步"和"搔痒"动作,自由地互相指点说笑。笑和尚步步紧逼反复逗引狮子,让其反复翻身打滚,狮子勃然大怒,追咬笑和尚,两猴站于两旁自由跳动,观看热闹。笑和尚从场外拿来一把大刀将狮子打退并一刀砍伤了狮子,狮

子被砍倒地,喘着粗气。笑和尚见状后悔不迭,坐在地上大声哭泣抹泪,两猴在旁对笑和尚做羞辱状。笑和尚醒悟起身找草药。做找寻草药、挖灶等生活动作,并找来一个大钹当锅,做点火、吹火、煨药等一系列生活哑剧动作,同时两猴不断地与笑和尚逗闹。待药煨好,两猴按住狮子,笑和尚将药喂进狮子嘴中。狮子吃药后,精神大振,起身舒展身体抖抖毛向左右各打一次滚。笑和尚做"引狮步",狮子做"狮子抬头",两猴争骑狮子,一个骑上狮子,一个即兴随意舞动,跟随笑和尚绕场一周。场外人抬一方桌(□)置于场中。



笑和尚引着狮子上桌,狮子在桌上自转一圈。 笑和尚和两猴在桌旁来回自由舞动给狮子助兴;这 时舞狮头者,骑坐于舞狮尾者双肩上,使狮子高高 立起,向四方摇头谢礼。笑和尚和两猴兴高采烈地 围着桌子反复做"引狮步"、"猴步"、"搔痒"、"眺望" 等动作。



笑和尚引着狮子跳下桌子,摇摆着下场,猴子 紧跟其后下场。

# (六)艺人简介

刘正积 男,布依族,1941年生,罗平县长底布依族乡明格村人。

1953 至 1966 年,刘正积跟随本村民间师公熊老五和邻村优秀民间老艺人熊家宽学艺,几年时间,掌握了布依族民间花灯、狮子舞、野毛人舞、把式舞的表演和道具制作。

1956年,刘正积参加了全县少数民族文艺和武术表演。六十年代后,老艺人相继去逝,刘正积和本村民间艺人王家兴担负起民间艺术及舞蹈的传授和示范工作,成为当地民间文艺活动的组织者和领导人。

刘正积只传授和参与布依族民间艺术活动,从不主持民间的丧葬祭祀等仪式,他对狮子舞、高跷舞、把式舞、花灯歌舞、坐场戏烂熟于心,经常登台表演并随时传授给村内外的弟子们,他的为人及艺术造诣深受人们称赞。

传 授 王家兴

编 写 颜德芳、丁 超

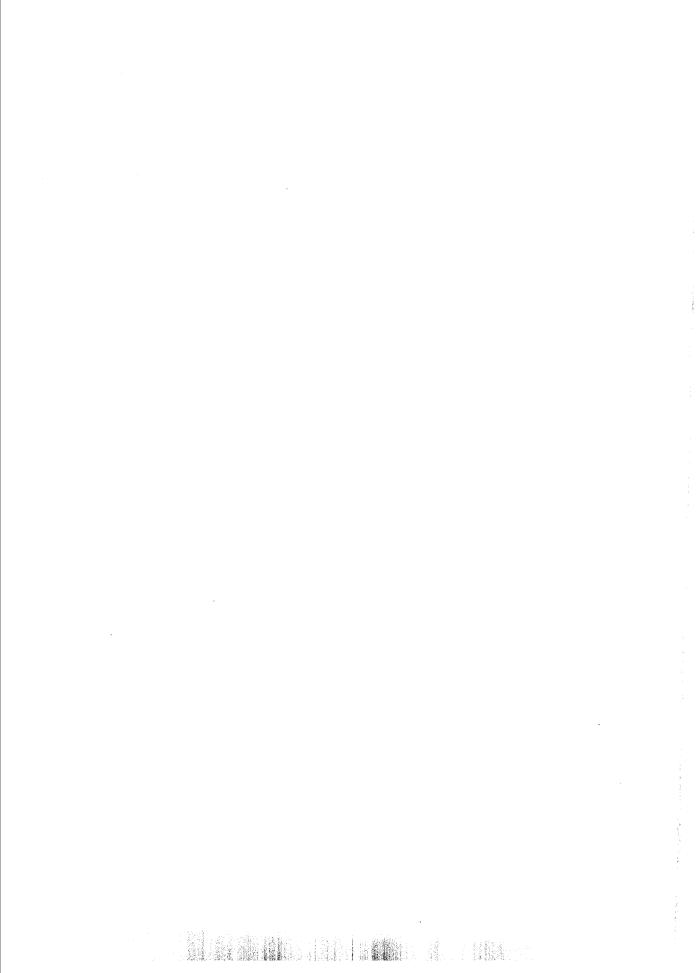
绘 图雷莹

资料提供 成其昌

执行编辑 丁 超、陈菊珍

# 独龙族舞蹈

主 编 司仙华(傈僳族) 责任编辑 葛树蓉



# 独龙族民间舞蹈概况

独龙族居住在云南省怒江傈僳族自治州贡山独龙族怒族自治县的独龙江河谷一带, 东邻贡山县的丙中洛,北毗西藏自治区察隅县的察瓦隆乡,西南与缅甸联邦所属克钦邦接 壤。

独龙族在中华人民共和国建立前没有统一的族称,自称"独龙"。在汉文献中称为"俅夷"、"''猎子'"和"俅子"等,别称为"俅帕"、"曲洛"。新中国建立后,按本民族的意愿,正式定名为独龙族。

独龙族的语言属汉藏语系藏缅语族景颇语支。过去无文字,以刻木结绳记事。

历史文献中,最早有关独龙族的记载是在元朝。《元一统志》丽江路风俗条说:"丽江路,蛮有八种,曰麽些、曰白、曰罗落、曰冬闷、曰峨昌、曰撬、曰吐番、曰卢、参错而居。"其中的"撬",即"俅"的谐音。"俅",即今独龙族。清道光《云南通志》卷一八五转引《清职贡图》载:"俅人,居澜沧江大雪山外,系鹤庆、丽江西域外野夷。其居处结草为庐,或以树皮覆之。男子披发,着麻布短衣裤,跣足。妇耳缀铜环,衣亦麻布。……更有居山岩中者,衣木叶,茹毛饮血,宛然太古之民。"由于独龙江的地理位置偏僻,道路十分艰险,每年有六个多月的冰雪封山期,故建国前独龙族完全处于与外界隔离的封闭状态。社会发展迟缓,许多村寨主要建立在血缘家长制基础上,生产工具主要为木、石器,处于原始时期的刀耕火种、轮歇耕作、随耕迁徙的原始农业阶段,渔猎、采集在生产中占有重要位置。人们生活十分贫困。建国前夕,一些人家尚居住在岩洞里,打磨着石器,1950年人民政府才把他们从岩洞里接出来。

独龙江流域气候温润,雨量充沛,土地肥沃,很利于粮食、经济作物的生长。在原始森林里还栖息着很多宝贵的珍禽异兽。

独龙族的房屋建筑多为干栏式和木楞房。干栏式的有"母亲的房屋"(母系大家庭)和"父亲的房屋"(父亲大家庭)两种结构。一般外人只要见到房屋中有几个火塘,就知道有几

个小家庭(现已多为个体小家庭)。在房屋内和门墙外悬挂野兽的骨骸、牙齿、头角和飞禽的羽毛、爪子等作为装饰品。独龙族女子有纹面习俗,到十四岁即需纹面,她们佩戴的头箍、手镯、耳环均为藤篾制成。

独龙族信奉"万物有灵",祭祀活动很多。凡遇砍火山地、狩猎、采集、建房、为婴儿除垢,举行成年仪式、远行、婚嫁、丧葬、评判内部矛盾、与异族械斗、年节、为患者治病等等,都要祭祀。主持者多为巫师(称纳目萨)。祭祀方式很多,主要视祭祀的内容而定。如果为病患者驱撵"恶鬼瘟疫"时,先打卦问卜,查清病由后,边念咒语边"跳鼓舞",来撵除附在病人身上的恶鬼瘟疫。巫师多不脱离劳动,轻酬即可。

独龙族人因瘟疫而死者用水葬或火葬。届时,人们将尸首抛入江中或将尸首与房屋一起焚烧。土葬有一套俗规,出殡前一夜,氏族成员和邻寨亲友要赶来悼念。埋葬后家人在坟上盖间小茅屋,里面挂着死者生前用过的劳动工具和生活用具。晚上坟旁的火塘要彻夜不灭,守夜者围着火塘唱挽歌跳丧葬舞。

独龙族的年节没有统一的时间,一般是从秋收后到春播前之间,各村自定。年节的名称也不相同。有的叫"卡罗哇",有的叫"佼霸瓦",有的叫"罗塞哇"等等。最隆重的仪式活动是"剽牛祭天",一般要过三至九天。年节中主要活动有祭神灵、祭祖先、除旧迎新和剽牛跳舞。

独龙族民间文学十分丰富,其中有许多舞蹈传说故事:《蓬根崩》讲述了"剽牛舞"的起源,《宴请飞禽走兽》、《昆虫学舞》的故事情节都很优美。

独龙族广泛流传的民歌"芒珠",内容有劳动、生活、习俗等几个方面。芒珠演唱有两种形式,一种叫"斯汪芒珠",即"古典歌"之意。另一种叫"木兰芒珠"或"勒汪芒珠",含有"通俗歌"或"流行歌"之意。在屋内,由寨中的"智者"来唱,内容是本民族的历史、族源、迁徙、战争以及一切曾发生过的重大事件,如史诗,形式为领唱众和。另外还有"摇篮曲"、儿歌等。

独龙族舞蹈,多为祭祀性舞蹈,均为集体舞和"纳目萨"跳的单人舞,队形只有两横排交叉行进和逆时针方向圆舞两种。剽牛舞是最具代表性的舞蹈。它在不同的时间、场合用于不同的祭祀对象。在不同的村寨、不同的祭祀场合中,有不同的称谓。它的突出特点是舞蹈始终都离不开剽牛这一活动。用于祭山神、猎神的剽牛舞有两种形式:一是以村寨男性为主在祭坛四周舞蹈;另一种是全寨族人在寨内坪地狂舞。再有则是在屋内围着火塘跳的舞蹈,是表示对男孩成年或出猎勇气的祝贺。

"祭亡灵舞"是为祭奠、敬送死者灵魂而跳的舞蹈。当一位老人去世后,家人因生活困苦而无力祭献,只好等到经济生活好转时再补祭。补祭时,要进行祭亡灵舞的活动,整个补祭仪式始终贯穿着舞蹈。舞蹈的目的是把还留在家中的精灵送到"祖先开发地",舞蹈只能在死者的家里举行。

"跳鼓舞"在病患者屋里举行。舞蹈的目的是要通过巫师们所跳的舞蹈达到"治病救人"的目的。巫师通过舞蹈,首先查明病患者被哪路"恶鬼"附体缠身,然后以舞蹈的各种动作去恐吓和撵除缠在病人身上的恶鬼。

"锅庄舞"是从藏族地区流传到独龙族村寨的,在任何时候都可进行,不受时间、地点、人数、辈份等限制,除固有的歌唱形式外,还可以即兴演唱。此外,舞蹈还可以在丧事中进行。当一个人去世埋葬后,人们要在死者的坟地旁守夜,在火堆周围,众人围圈而舞,通过歌词来回忆死者生前的经历和安抚死者灵魂,安慰死者的家人等。并借助舞蹈恐吓要来吃尸体的"恶魔"。

独龙族舞蹈的主要道具是刀与铓锣。舞蹈时,刀是道具,铓锣是最重要的伴奏乐器。

独龙族还有为传授劳动、生产知识所跳的"织布舞";在狩猎前后所跳的"狩猎舞";在婴儿出生后表示"除垢"、"洗礼"的"祝福舞";在播种前祈祷神灵,种子不被害虫毁坏的"播种舞";装扮成凶禽猛兽的"祭鬼舞"等。有的舞蹈如丧葬后所跳的祭亡灵舞,现已濒临失传。

(执笔:司仙华)

# 剽 牛 舞

## (一) 概 述

"怒哇德噜拉姆"为独龙语,"怒哇"指"剽牛","德噜"含有"召集全体氏族成员聚会"之意,"拉姆"为"舞",全句意为"剽牛召集全体氏族成员聚会舞",简称为"剽牛舞"。

在马库、巴坡一带有"剽牛舞兴起"的传说:独龙江流域曾流行过一场瘟疫,人们恐惧万分,便请巫师打卦问卜。测卦的结果是因为人类过上太平日子后,忘记了向各位神灵祭供,天神为此发怒便降下了这场瘟疫。人们急忙献粮献酒,并拉出几头牛"剽牛祭天"。祭仪中,人们敲起铓锣,跳起舞蹈。经过几天几夜的狂舞,终于感动了天神,收回瘟疫。事后人们认为舞蹈挽救了众人的生命,便以舞蹈贯穿"剽牛祭天"的整个活动过程。

独龙族"剽牛祭天",多由某个较富有的人户,以个人的名义召集和组织全村寨的族人,以及远居各方的亲朋好友,来参加他所举行的"剽牛祭天"仪式。主人首先向族人传出剽牛的日期,向远地的亲朋发出邀请的木刻信息。活动前一夜,主人家准备好所需的食物、水酒,恭请巫师和寨中有威望的男性长者,来为家人祝福、祈祷、驱邪、撵鬼、祭祖。来者先用歌声颂扬主人的美德,预祝其家人前程灿烂幸福,祈求神灵使氏族通过剽牛兴旺发达。

翌日,便举行剽牛活动,有四顶程序:

第一,"开门仪"(独龙语"阿旧霸嘎达")。由巫师和族中长者主持,他们手握长刀,在巫师的祈祷咒语中,围火塘跳"刀舞"。祈祷词大意如下:

我献牛是全寨的荣誉,我杀牛是全族人的骄傲;寨里的亲戚来聚会,四方的朋友来相会;今天我献这头牛,是翻山越岭牵来的;今天我杀这头牛,是跨江过河赶来的;牛不是偷1908

盗得来的,是用黄灿灿的金子换来的;牛不是抢劫得来的,是用白晃晃的银子买来的;这是家人对祖先的敬重,这是后辈对神灵的崇拜;祈求祖先消灾除难,希冀神灵降福赐运;撵除家族的邪运恶气,带来邻族的吉祥福兆;今天我献这头牛,来年牛群增百倍;今天我杀这头牛,生活富裕寿无限;全寨的族人别客气,为了幸福尽情跳;四方的朋友别害羞,为了长寿尽情唱……。

这段舞蹈的含意是驱逐屋内的邪运、恶魔出门,并求得神灵的允许,方能开门举行以下程序。

第二,"开门仪"完毕,主人便开门宣布进行"新朗德甲",意为"插木桩仪"。把事先准备好的一根长八、九尺、直径一尺三左右的方形拴牛木桩,四面由巫师用火炭画上一连串的"×"或"灸"符号,以作为"驱邪求福"的吉祥标志。尔后,由两名男子扛起木桩,在持刀敲铓的众人"护送"下,跳起"来回走舞"向剽牛场奔去。到剽牛场后,众人继续狂舞,巫师和部分男性成员则在舞圈中挖坑、插木桩,巫师边往木桩上倒水酒边祈祷,以求木桩牢固和剽牛顺利。

第三,"牵牛绕房仪"(怒哇克目等克里)。主人先把放在山里的牛"恭请"到家门口,再由女主人(无女主人者,亦可请直系亲戚的女性成员)亲自动手给牛打扮:在牛背上披一块崭新的五彩花纹毯子,在牛角上挂五颜六色的珠子项链。意为让牺牲的牛漂漂亮亮、光彩地走向天庭。扮好后由两男子前牵后赶,围着主人的房屋绕走数圈。绕房的圈数因各村习俗不同而异,有绕三圈、七圈,或根据主人家人口数绕圈的,也有的以主人性别而定。如属于以母系家族为主的人家,绕房数目为九圈,以父系家庭为主的人家绕七圈等。参加集会的人一般都站在房屋前的场子旁观看,与主人家有血缘关系的族人和巫师则站在门口的台阶上,向绕到门前的牛撒五谷杂粮种子和喷水酒。一些女性成员还要陪着女主人伤心落泪,表示与牛告别和感激牛牺牲自己换取家人幸福长寿之情谊。绕房结束后,众人跟着牛到剽牛场。

最后一个仪式是剽牛。这时,全体族人及朋友,敲铓围圈舞蹈,巫师边喝酒边念道:"今天我们欢乐地跳,今天我们高兴地唱,愿同族好友像我们一样幸福,愿子孙后代像我们一样长寿;我们的幸福像星星一样繁多,我们的后代像森林一样茂盛;我们跳舞是为了欢乐,我们唱歌是为了长寿;我们不愿看到悲痛的容颜,我们不愿见到伤心的泪水,幸福和长寿与我们共存,泪水和悲哀与我们永别;富有的主人功德无边,慷慨的主人年寿无限;酒杯盛满了您的骄傲,牛头闪耀着您的荣誉;全族的老少与您共欢,四方的朋友与您共庆;全寨的族人跳起来,四方的朋友唱起来……。

在众人狂舞的同时,女主人走进圈内,揭去牛身上的装饰,伤心地与牛道别:"不是奶奶们要伤害你,不是爷爷们要杀害你;是你糟踏了园边的青草,是你偷吃了地中的禾苗;奶

奶们要用你的生命,换来家人的年寿;爷爷们要用你的灵魂,招来族人的福禄;当你升到天庭时,传颂家人的功与德;当你飞到天界时,保佑族人无灾难;牛魂、牛魂不要记仇,吃饱闭眼升上天……。"

巫师在女主人退出舞圈后,左手拿酒杯,右手拿标枪,跳着"剽牛司"舞来到舞圈中,围着牛边舞边念:你能?还是我能?你能,我就刺不倒你,刺到的是坚硬的石块,刺到的是剽牛司的耻辱;你强?还是我强?我强,我就能刺倒你,刺到的是如棉花的心脏,刺到的是剽牛司的光荣……。

巫师在舞动中,希望标枪刺到牛体时,能遇到"如棉花般柔软"的吉兆,而不是遇到"如顽石般坚强"的凶兆。待他看准时机后,便将标枪猛然刺向牛体的心脏部位,直把牛刺倒在地为止。这时,在剽牛时退后观望的众人又围圈敲铓起舞。部分男性成员砍树枝,铺垫在牛身下,开始剖皮解肉,在砍下牛头时,巫师背牛头,带领众人跳入寨中以炫耀荣誉,而后又跳回剽牛场。这时,凡来参加集会的人都可以领到一份绿叶包好的牛肉,男女老少人人平等,剽牛主人家亦如此。他们将剩下的肚肠头蹄用锅煮,供给狂欢的人享用,唯有牛角则作为主人家的财产悬挂在室内,以其作为自己的富有、勤劳、慷慨的标志。在独龙江,外人只要看到各家牛角悬挂的多少,便可知各家的生活状况了。

"剽牛祭天"一般进行三天,如果属于集体共献数头牛的祭祀仪式,则可达七至九天。 在节日里,维持数天的始终是剽牛舞的活动。

过去,剽牛舞必须在祭祀活动(特别是剽牛)中跳,其他如结婚和娱乐场合、喜庆场合都不能跳。因为独龙族心目中剽牛舞属于宗教祭拜项目,如果不举行"剽牛祭天"跳剽牛舞会遭到神灵的惩罚。如今个别地方的年轻人在娱乐场上,也大胆地跳起了剽牛舞。这一举动,使剽牛舞从祭祀舞蹈演变为自娱性民俗舞蹈。

剽牛舞共有五十多个套路,大多数在剽牛舞场内进行。剽牛舞内容极为丰富,其中有反映劳动、生活的"搓小米舞"、"洗衣舞"、"刀舞";有反映对自然界崇拜的"望星星舞";有反映喜悦欢乐心情的"欢跳舞"、"蹦蹦跳舞"、"铓锣舞"等;有反映狩猎劳动生产和模拟动物的"乌鸦舞"……这些具有特色的舞蹈艺术,如一幅幅通俗画卷,向人们展示着独龙族先民劳动、生活的历史情景。

剽牛舞的基本动律主要体现在腿和脚部,下肢部位的动作变化无穷。有时,一个舞蹈套路,只使用一个基本动作,有时则由几个基本动作组成,在下肢部位舞动时,上身也常常配入一些相关动势,如前俯后仰,上下起伏,或是左右摆动、左右扭动等。这些配合动作虽然幅度不太大,也不太明显,但对形成独龙族舞蹈艺术的特点、风格、韵律、动势等,都起到了极其重要的作用。

各地剽牛舞的韵律、风格基本相似,但也有地区性的差异。独龙江下游的马库、巴坡一 1910 带,舞蹈者因多为女性,舞蹈的风格显得轻柔优美和抒情、细腻,节拍复杂,动作多样化。中游以上的孔当、献九当、龙元、迪政当等村,舞蹈简练,风格显得古朴、粗犷、动作幅度较马库、巴坡一带的大些。马库、巴坡一带的舞蹈内容较为丰富,搓小米舞、望星星舞等只有该地才有,这些舞蹈与他们的劳动有关,小米是这一带的主粮,而其他村就少有或没有。

在马库、巴坡一带所有的舞蹈全由女性承担,男性只参加跳刀舞和在护送木桩以及牛时才跳来回走步舞、边走边跳舞。大圆圈的狂欢舞蹈基本没有男性参加,这也许与当地母系社会的历史有关。其他寨子的舞蹈都是男女混合而跳,但有些舞又属男性专跳,如献九当、迪政当的刀舞就是男性舞,是男人祭山、猎神时跳的。

有部分套路,是某一仪式中必须跳的,如马库、巴坡刀舞是在"开门仪"时必须跳的,意义在于"驱邪求福",献九当的刀舞,在剽牛舞狂欢前男性成员到祭坛时必须跳,意义在于为祭祀和狂欢"开路",撵除作恶的魔怪,使来年人丁庄稼兴旺。迪政当的刀舞也是剽牛狂欢前必须跳的,而意义则在于"除旧迎新"和传播氏族家谱以及迁徙时所经历的路线。

剽牛舞的内容、形式和动作等,有相同的,也有不同的,有的名称相同而动作不同,有 的则是动作相同而名称不同。同样的刀舞、铓锣舞,各地在名称上相同,但在舞蹈动作上就 不同。

剽牛舞有三种基本队形:一是逆时针方向围圈而舞,这类队形中还有舞蹈者自转或与舞伴相转而同时又要往大圆圈方向转的跳法。逆时针方向行进是传统的规定,艺人说如果顺时针方向进行便是对神灵和祖先的亵渎和不忠,只有死去的人在阴间才往相反方向进行。第二种是舞蹈者站两排并相互来回交叉进行舞蹈,在这种形式中,有时也有双方舞蹈者相遇后相互转小圈的形式。第三种是舞者在无固定的队形中,朝着一个固定的方向跳去,这种形式多在众人从自家向剽牛场聚集或走在祭祀、猎场的山间小路上和在寨中游走时,边走边舞。

舞蹈的节拍多为<sup>2</sup>/<sub>4</sub>、<sup>4</sup>/<sub>4</sub>和<sup>3</sup>/<sub>4</sub>,有的舞蹈是<sup>2</sup>/<sub>4</sub>和<sup>3</sup>/<sub>4</sub>混合使用,但为数较少。每拍都是四分音符,舞蹈时每拍击一下铓锣。但这种一拍击一下铓锣的节奏,多指中、小铓锣而言,大铓锣因重量所限,只能每两拍或每四拍敲击一下。

剽牛舞自始至终每拍敲击一下中、小铓锣为舞蹈伴奏。在马库、巴坡一带除有铓锣敲击外,还有合掌击节而舞的特点。铓锣在剽牛舞中的地位十分重要,艺人们都说:没有铓锣不能举行"剽牛祭天"活动,没有铓锣不能跳剽牛舞。在举行"剽牛祭天"仪式之前,众人就是在铓锣声的招呼中集中到剽牛场地,而后又随铓锣声的节奏翩翩起舞。它既是乐器,又是道具。铓锣除了为全部舞蹈伴奏外,同时还有属于自己的舞蹈,如"大铓锣舞"和"铓锣舞"等。在跳铓锣舞或大铓锣舞时,往往有比赛个人铓锣质量、音量和重量的意思。

- William of

# (二) 造型、服饰、道具

#### 造型



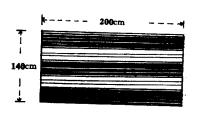
男舞者



女舞者

### 服 饰(除附图外,均参见"造型图")

- 1. 男舞者 将麻制条纹毯对叠,围于前身,两端于后背交叉后搭于左、右肩垂下,将其塞进胸前毯内,下穿短裤、赤脚。
- 2. 女舞者 将麻毯一端搭于右肩,另一端向左裹身,经左腋下遮后身再拉至右肩前用竹签结(亦可披于左肩,由右腋抄向胸前拴结)。既是上衣又是裙子,赤脚。



条纹麻毯

#### 道具

- 1. 大铓、中铓、小铓 铓面直径分别为 90 厘米、50 厘米、15 厘米(见"统一图")。
- 2. 长刀 刀长 60 至 70 厘米不等(见"统一图")。

# (三)动作说明

### 道具的执法

1. 抬大铓 将大铓绳挂在一根木棍上,二舞者并排而立,分别用左、右肩扛起木棍。左 1912 肩扛铓者,右手持槌(见图一)。



图一

2. 提铓、握刀(均见"统一图")

#### 基本动作

1. 双屈膝

第一~二拍 脚站"正步"稍开(以下称"自然步")。双膝每拍屈伸一次,身体随之有韧性地上下起伏。

2. 三步一转

第一~三拍 起右脚,一拍一步前行,每走一步,脚跟均要擦地迈出,脚落地后,双腿随之稍屈一下,身体随之上下起伏(以下迈步动作动律均同此,文略)。

第四拍 左脚前迈至右脚旁成左"丁字步",双脚跟踮动一下,顺势左 转四分之一圈。

提示:做此动作时,提铓者每拍击铓一下;徒手者,或每拍于胸前击掌一下,或双手自然下垂随身体摆动(以下凡不加说明均同此,文略)。

3. 伸脚步

第一拍 右脚向右跳一小步屈膝为重心,左脚随之向左前擦出,以脚尖点地,腿伸直,上身稍前俯,双手于腹前击掌一下(见图二)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

4. 左右摆步

第一~四拍 右脚伸出,脚尖一拍一次分别在右、前来回点地两次,左腿屈膝为重心, 脚跟一拍一次上、下踮动。

第五拍 右脚向右跳一步,左脚随之右靠成"自然步",双腿略屈(此动作以下称"旁跳 靠步")。

第六~九拍 做第一至四拍的对称动作。

第十拍 左脚收到右脚旁,成"自然步",双腿稍屈,同时右脚跟踮动一下。

5. 擦地步

第一拍 脚站"自然步",右脚向右前擦地迈一步为重心,双腿略屈,左腿跟原位抬起, 上身稍前俯。



图二

第二拍 左脚跟落地,右脚稍后移成右"丁点步",上身随之后仰。

6. 前跳跟步

做法 右脚向前跳一步,左脚随之前跟成"自然步"半蹲,上身稍前俯。

#### 舞蹈套路

- 1. 开始起舞(开叶尼拉姆)
- (1)行走步

第一~二拍 做"双屈膝",第二拍时向右转四分之一圈。

第三~十拍 右脚起,一拍一步前行。

(2)左右小跳步

第一~二拍 做"双屈膝"一遍。

第三拍 右脚向前跳一小步,左脚随之拖地前跟,成右"丁字步",上身稍右拧。

第四拍 做第三拍的对称动作。

2. 来回走舞之一(麻加目拉姆)

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三拍 左脚向左前跳一小步,右脚随之拖地跟上成左"丁字步",重心在左脚,双腿稍屈,上身稍前俯。

第四拍 右脚跟踮跳一下,左脚顺势擦地稍前抬,上身稍直立。

第五~八拍 做两遍第三至四拍的动作。

第九拍 左脚落至右脚后,成右"丁字步"半蹲,重心在左脚。

第十拍 右脚向后经擦地迅速勾脚,右脚屈膝稍旁吸,脚跟顺势前顶至左小腿旁。左脚同时踮跳一下,下身稍前俯微左倾(左肩低,右肩高)。

第十一~十六拍 做第三至八拍的对称动作。

第十七~十八拍 做第九至十拍的对称动作。

第十九拍 右脚落到左脚后成左"丁字步"半蹲,重心在右脚。

第二十拍 双脚掌向右碾转四分之一圈,成右"丁字步"。

第二十一~二十六拍 右脚起向前走六步。

第二十七~二十八拍 同第九至十拍。

第二十九~三十二拍 做"三步一转"。

提示:此动作反复时从第三拍开始。

3. 来回走舞之二

第一拍 右脚起做"前跳跟步"。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三~十六拍 做七遍第一至二拍动作。在最后四拍时,舞者边做动作边向左转半圈。

第十七~二十四拍 站"自然步",双腿稍屈,两拍一次右、左碾动四次,上身稍前俯,随脚掌碾动左右自然摆动。

第二十五~三十二拍 做第十七至二十四拍的对称动作。

第三十三~九十六拍 做四遍第一至十六拍的动作。

第九十七~一一二拍 做第十七至二十四拍的动作两遍。

第一一三~一二八拍 做第一至十六拍的动作。

第一二九拍 右脚向后跳一步屈膝为重心,左脚稍前伸以脚尖点地。

第一三〇拍 做第一二九拍的对称动作。

第一三一拍~一四四拍 做七次第一二九至一三〇拍的动作。最后八拍时,边做动作 边向右转一圈。

4. 来回走舞之三

第一~十拍 做"左右摆步",左脚一拍一步向前跳。

第十一~十四拍 做"三步一转",同时向左转半圈。

第十五拍 右脚向右跳一步,屈膝为重心,左脚稍前伸,脚尖点地。

第十六拍 做第十五拍的对称动作。

第十七~三十二拍 反复做第十五至十六拍的动作。最后八拍时,边做边向左转一圈。

5. 来回走舞之四

第一~四拍 做两遍"双屈膝"。

第五拍 右脚往前跳一步,屈膝为重心,左腿顺势稍前抬,膝伸直。

第六拍 左腿屈膝小腿勾脚后抬(以下动作均同此,文略),同时右脚踮动一下。

第七~三十六拍 做十五次第五至六拍的动作。最后四拍时,边做动作边原位向左转 半圈。

6. 弓膝舞(霸哑得斯拉姆)

第一拍 右脚向右跨一大步成右"旁弓步",左脚跟稍抬起。

第二拍 重心左移成左"旁弓步",右脚跟稍抬起。

第三~六拍 脚位不变,做两遍第一至二拍动作。

第七拍 重心右移成第一拍动作。

第八拍 右脚收至左脚旁成"自然步"。

第九~十五拍 做第一至七拍的对称动作。

第十六拍 左脚收至右脚旁以脚掌点地,双膝屈。

第十七拍 左腿稍屈膝向左转一圈,右腿前吸,双手于胸前顺势击铓一下(见图三)。

第十八拍 右脚落地成"自然步"。

7. 脚掌舞(黑白勒布拉姆)

第一~四拍 做两遍"双屈膝"。

第五~八拍 脚做"左右摆步"的第一至四拍的动作,左脚一拍一次向前 跳动。

第九拍 右脚起做"前跳跟步"。

第十~十三拍 做第五至八拍的对称动作。

第十四拍 做第九拍的对称动作。

第十五~十八拍 同第五至八拍。

第十九拍 同第九拍。

第二十~二十三拍 同第十至十三拍。

第二十四拍 做第九拍的对称动作。

第二十五拍 右腿前伸以脚尖点地,左脚原位踮跳一下。

第二十六拍 做第二十五拍的对称动作。

第二十七~三十二拍 做三遍第二十五至二十六拍的动作。

第三十三拍 左脚落到右脚旁成"自然步",双膝屈。

第三十四拍 右腿屈膝自然后抬(勾脚),左脚原位踮跳一下。

第三十五~四十二拍 做第二十五至三十二拍的对称动作。

第四十三拍 右脚落至左脚旁成"自然步",双腿屈,同时左脚踮动一下。

第四十四~四十七拍 做"左右摆步"第一至四拍的动作,左脚一拍一次向后退跳。

第四十八~五十一拍 做第四十四至四十七拍的对称动作。

第五十二~五十九拍 同第四十四至五十一拍。

8. 搓小米舞(恰扼旧布拉姆)

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三~五拍 做"三步一转"的第一至三拍动作。

第六拍 右脚掌在左脚背上"搓"一下,左脚屈膝脚跟随之踮动一下,上身稍前俯,双手于胸前拍掌一下(见图四)。

第七拍 左脚向前迈一步,双膝稍屈。

第八拍 做第六拍的对称动作。

提示:此动作反复时从第三拍开始。



图三



图 四

#### 9. 脚底舞(息觉拉姆)

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三~五拍 做"三步一转"的第一至二拍的动作。

第六拍 左脚向前跳一步屈膝为重心,右脚顺势向前稍甩出。

第七拍 左脚跟踮动一下,同时右脚向后擦地勾起。

第八~九拍 做第六至七拍的对称动作。

10. 边走边跳舞(境相拉姆)

#### (1)踏步之一

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三~五拍 做"三步一转"的第一至三拍动作。

第六拍 左腿向前稍抬起,右脚跟随之踮动一下。上身稍右倾。

第七拍 左脚向下踏地屈膝为重心,同时右脚微离地,上身稍左倾。

第八拍 做第七拍的对称动作。

第九拍 同第六拍。

第十拍 左脚于前落地,双膝稍屈。

第十一拍 做第六拍的对称动作。

第十二~十五拍 做第七至九拍的对称动作。

#### (2)踏步之二

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三~五拍 做"三步一转"的第一至三拍动作。

第六拍 左腿向前稍踢起,右腿屈,脚跟踮动一下,上身稍右倾。

第七拍 左脚向前落地,双膝稍屈。

第八拍 做第六拍的对称动作。

第九拍 右脚落地,左脚稍离地。

第十拍 做第九拍的对称动作。

#### (3)踏步之三

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三~五拍 做"三步一转"的第一至三拍动作。

第六~八拍 做"踏步之二"的第六至八拍动作。

第九拍 右脚向前落地,双腿稍屈。

第十拍 左腿屈膝前旁抬,勾脚位于右脚踝后,右脚跟随之踮动一下,上身稍右倾。

第十一~十二拍 做第九至十拍的对称动作。

第十三~十六拍 反复第九至十二拍的动作。

提示:以上动作均从第三拍开始反复。

11. 点脚舞(国胆得拉姆)

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三拍 右脚向右跳一小步,左脚跟上,脚尖在右脚旁点地,双膝稍屈, 重心在右脚。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五~六拍 同第三至四拍。

第七拍 右脚向右跳一小步屈膝,以脚掌着地,同时,左腿屈膝后抬,双 手胸前击掌,头微低(见图五)。

第八拍 左脚向前跳落地屈膝为重心,右脚跟随之抬起,双膝屈,上身前俯。

第九拍 直膝立身,重心后移至右脚(脚跟落地),左脚尖前点地,双手胸前击掌一下。

第十拍 左脚收至右脚旁成"正步半蹲",上身前俯。

第十一拍 左脚原位踮跳一下,右小腿后抬。

第十二~十四拍 做第八至十拍的对称动作。

第十五~十八拍 做"三步一转",同时右转四分之一圈。

12. 抬脚舞(黑觉拉姆)

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三拍 右脚向右跳一小步屈膝为重心,左腿微屈,脚跟稍抬。

第四拍 左脚向右前稍抬,右脚随之踮动或小跳一下。

第五~六拍 做第三至四拍的对称动作。

- 13. 弯脚舞(黑夺果拉姆)
- (1)丁字跳步

第一拍 右脚向右跳一步,左脚随之跟上成左"丁字步",双膝屈,上身左拧。

第二拍 左脚向前跳一步,右脚随至左脚旁成右"丁字步",双膝屈,上身右拧。

#### (2)自然跳步

第一拍 右脚起做"前跳跟步",上身前俯。

第二拍 做第一拍的对称动作,上身前俯。

14. 绕脚舞(黑依加布拉姆)

第一~二拍 右脚向右跳一步,再原位踮动一下,同时,左脚屈膝前抬,小腿顺势向右划一小平圆(见图六)后落至原位。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

1918



图五



图六

15. 屈膝舞(狄勾拉姆)

第一~四拍 做两遍"双屈膝"。

第五拍 右脚起做"前跳跟步",上身前俯。

第六拍 双膝伸屈一下。

第七~八拍 双膝向左、右崴动并屈伸一下,上身前俯。

第九~十二拍 做第五至八拍的对称动作。

16. 来回转圈舞(卡依拉姆)

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三~六拍 做"三步一转",同时向右转四分之一圈。

第七个八拍 做"擦地步"。

第九~十二拍 边做"三步一转",边左转半圈(背对圆心)。

第十三~十八拍 做三次"擦地步"的对称动作。

第十九~二十二拍 做"三步一转",同时右转半圈。

第二十三拍 左脚于右脚前踏一步屈膝为重心,右腿向前稍抬起。

第二十四拍 右脚经擦地屈膝后抬,左脚跟踮动一下,上身稍前俯微左倾向右拧。

17. 转脚踝舞(息买婆)

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三~六拍 做"三步一转",同时右转四分之一圈。

第七~八拍 做"擦地步",同时左转四分之一圈。

第九~十二拍 做"三步一转",同时右转四分之一圈。

第十三拍 左脚向左前上一小步屈膝为重心,右腿屈膝脚跟抬起,上身向左前俯。

第十四拍 立身,右脚跟落地稍屈膝为重心,左腿屈膝脚跟抬起,顺势前顶,胯随之稍开,上身稍右拧,双手于胸前击掌一下(见图七)。

第十五~十八拍 做两遍第十三至十四拍的动作。

第十九~二十四拍 做第十三至十八拍的对称动作。

第二十五~三十拍 同第十三至十八拍。

第三十一~三十六拍 做第十三至十八拍的对称动作。

第三十七拍 做第十三拍的对称动作。

第三十八拍 右脚向后擦地速勾脚,右腿旁吸,脚跟顺势前顶至左小腿旁,同时左脚 跟踮动一下,上身稍右拧。

第三十九拍 右脚落至左脚后成左"丁字步"半蹲,同时左脚踮动一下。

第四十拍 同第三十八拍的动作。

第四十一~四十四拍 做第三十七至四十拍的对称动作。



图七

#### 18. 甩脚舞(得偏拉姆)

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三拍 右脚向右前跳一下,左脚前跟成右"丁字步"半蹲,左脚掌点地,上身稍前俯。

第四拍 右脚经擦地屈膝前踢,同时左脚跳动一下,上身稍立。

第五~八拍 做两遍第三至四拍的动作。

第九拍 同第三拍。

第十拍 做"转脚踝舞"第二十八拍的对称动作。

第十一~十八拍 做第三至十拍的对称动作。

第十九拍 右脚落至左脚旁成"自然步"半蹲。

第二十拍 双膝直,双脚掌向上翘起,收腹,上身稍前倾。

第二十一拍 双脚掌落地,双脚随之半蹲。

第二十二拍 右脚经擦地屈膝后抬,左脚跟立起,膝伸直。

第二十三拍 右脚向前迈一步,左脚跟随之落地,双膝屈。

第二十四拍 右脚蹬地屈膝前抬,左腿顺势直立为重心。

第二十五~二十八拍 做第二十一至二十四拍的对称动作。

第二十九~三十二拍 同第二十一至二十四拍。

第三十三~三十六拍 做第二十一至二十四拍的对称动作。

第三十七拍 同第二十一拍。

第三十八~四十一拍 做"三步一转",同时向右转四分之一圈。

19. 欢跳舞(恰尔布拉姆)

第一拍 右脚起做"前跳跟步"。

第二拍 右脚经擦地屈膝小腿后抬(勾脚),同时左脚原位踮动或小跳一下,上身稍左倾。

第三~四拍 同第一至二拍的动作。

第五拍 右脚落地成"自然步",双脚于原位同时跳动一下。

第六拍 做第二拍的对称动作。

第七~八拍 原位做第一至二拍的动作。

第九~十拍 原位做第一至二拍的对称动作。

第十一~二十拍 反复做第一至四拍的动作,最后四拍时向右转一圈。

20. 蹬脚舞(黑稀依拉姆)

第一~三拍 右脚原位每拍一次连跺三下,左腿稍屈随之踮动或小跳。

第四拍 右脚跺地后顺势抬起向前撩出,左脚随之踮跳一下。

第五拍 右脚向右跳一步,左腿屈膝抬起。

第六~九拍 做第一至四拍的对称动作。

第十拍 左脚落到右脚旁。

第十一拍 同第四拍。

第十二拍 同第五拍。

21. 跺脚舞(黑尔早新拉姆)

第一拍 右脚原位跺一下,左腿屈膝随之踮动一下。

第二拍 右腿向前撩起,左腿动作同第一拍。

第三拍 同第一拍。

第四拍 右腿屈膝后抬,左腿屈膝随之踮动或小跳一下,同时右转四分之一圈。

第五~八拍 做第一至四拍的动作,新向右转四分之一圈。

第九拍 右脚向右跳一步,左腿屈膝抬起。

第十~十二拍 左脚原位跺三下(每拍一下),右腿随之踮动三下。

第十三拍 做第二拍的对称动作。

第十四拍 左脚落到右脚旁。

第十五~十九拍 做第十至十四拍的对称动作。

22. 蹦蹦跳跳(得考尔拉姆)

第一拍 右脚起做"前跳跟步"。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五~六拍 双脚并拢分别向右、左各跳一下。

第七~八拍 同第五至六拍。

第九~十拍 脚位不变,双膝屈伸两次。

第十一~十八拍 做第一至八拍的对称动作。

第十九~二十拍 同第九至十拍。

23. 洗衣舞(约加目拉姆)

第一拍 右脚尖向右后点地,身体稍向右转,同时左腿屈伸一下。

第二拍 右脚向左脚前轻踩一下(表示踩洗衣物),左腿随之屈伸一次,身体顺势稍右倾,眼视右前,双手在左肩前击掌(见图八)。

第三~六拍 做第一至二拍的动作两遍。

第七拍 右脚向右迈一步直膝为重心,左脚跟随之抬起。

第八拍 做第二拍的对称动作。

第九~十二拍 做第一至二拍的对称动作两遍。



图八

第十三~十四拍 同第七至八拍。

第十五~十六拍 做第一至二拍的对称动作。

第十七~二十拍 做"三步一转",同时右转四分之一圈。

24. 摆脚掌舞(黑息狄拉姆)

第一~十拍 做"左右摆步"。

第十一~十三拍 右腿屈膝向前抬起,然后右摆成"旁吸腿"位,再左摆回原位,左腿屈膝随之踮动三下(见图九)。

第十四拍 右脚向前跳一下,屈膝。

25. 撩脚舞(黑目等拉姆)

第一拍 右腿向前稍撩起,左脚向前踮跳一下。

第二拍 右腿屈膝后抬起,左脚向前踮跳一下。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五拍 右脚向前跳一下屈膝为重心,同时左脚经擦地屈膝小腿后抬。

26. 往前抬脚舞(黑波拉姆)

第一拍 右脚向右跳一小步,左腿稍屈膝微抬。

第二~三拍 左腿先向前撩起,然后屈膝后抬,右脚随之踮动两下。

第四~五拍 左腿先向前撩起,然后屈膝后抬,右脚踮动一下,左脚落至右脚旁。

第六~九拍 做第二至五拍的对称动作。

27. 向后碰脚舞(以甲为例,乙做对称动作)

准备 甲乙背相对。

第一~四拍 做"左右摆步"的第一至四拍动作。

第五拍 右腿屈膝后抬,与对方脚掌相碰。左脚跟随之踮跳一下,上身稍右拧,眼视对方脚(见图十)。

第六拍 右脚落于左脚旁,双膝略屈。

第七~十二拍 做第一至六拍的对称动作。

28. 扭屁股舞

第一拍 右脚起做"旁跳靠步",上身稍前俯,向右后顶胯。

第二拍 双脚跟同时向左碾转一下,使脚尖向右,胯顺势向左后送出。

第三拍 做第二拍的对称动作。

第四拍 同第二拍。

第五~六拍 做第三至四拍的动作(做以上六拍动作时,慢慢下蹲)。

第七~十拍 做两遍第三至四拍的动作,边做边慢慢起身。

第十一拍 右脚起做"伸脚步",屈膝同时顺势向右顶胯。

图九



图十

第十二拍 做第十一拍的对称动作。

第十三~十四拍 同第十一至十二拍。

- 29. 剽牛司舞
- (1)前跳步

准备 右手"持长矛"屈肘前抬与头平,矛头向前,左手拿竹酒杯于左胸前。该舞准备动作同此,以下文略。

第一拍 右脚向前跳一步,左腿屈膝后抬,上身稍前倾,眼视牛(见图十一)。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三~二十拍 反复做第一至二拍的动作。

提示:做此动作时眼始终盯着牛。

(2) 抬脚步

第一~三拍 做"前跳步"的第一至三拍动作。

第四拍 左脚向前稍抬起,右脚随之踮动或小跳一下。

第五~七拍 做"前跳步"第一至三拍的对称动作。

第八拍 做第四拍的对称动作。

(3)伸脚步

第一拍 右脚向前跳一步屈膝为重心,左脚随之前伸,脚尖点地,膝直。

第二拍 做第一拍的对称动作。

(4)刺牛步

第一拍 左脚向前跳一大步屈膝为重心,同时右腿屈膝勾脚后抬,上身稍前倾,右手拿长矛向右前刺下做"刺牛"状,左手握酒杯摆至"山膀"位(见图十二)。

第二拍 右脚落地屈膝为重心,左腿屈膝前抬起,上身立起稍 左倾,右手执"长矛"举至右前方。

第三~二十拍 边反复做第一至二拍的动作,边逆时针方向围牛转圈。

提示:长矛每次均刺于距牛身10厘米处。

(5)喷酒舞步

第一~四拍 做"双屈膝"两遍,同时左手端酒碗至嘴边,口含水酒。

第五拍 右脚起做"旁跳靠步",上身微前俯。

第六拍 做第五拍的对称动作(步履稍小些)。

第七~二十拍 反复做第五至六拍动作,逆时针方向围牛起舞,并把口含的水酒喷在 牛身上,喷完可再含。



图 十一



图 十二

#### (6)念咒舞步之一

第一拍 右脚向右跳一步屈膝为重心,左腿屈膝稍前抬。

第二拍 做第一拍的对称动作( 据 小一些)。

第三~二十拍 反复做第一至二拍动作,围牛逆时针方向转动,边跳边口念咒语。

#### (7)念咒舞步之二

第一拍 右脚起做"旁跳靠步",上身微前俯。

第二拍 双膝屈伸一下,双脚跟顺势踮动一下。

第三~二十拍 反复做第一至二拍的动作,逆时针方向围牛起舞,边跳边口念咒语。

30. 召集族人舞(嘟噜拉姆)

第一拍 右脚向右迈一步屈膝为重心,左腿稍屈脚跟稍抬,上身前俯。

第二拍 立身稍右转,成右"丁点步"。

第三~四拍 同第一至二拍。

第五~八拍 做"三步一转",同时右转四分之一圈。

第九~十二拍 做第一至四拍的对称动作,同时左转四分之一圈。

第十三~十六拍 做两遍"三步一转"的第三至四拍动作。

31. 望星星舞(国买仰拉姆)

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三~五拍 右脚起,一拍一步前行。

第六拍 左脚靠至右脚旁,双膝微屈,同时双手抬至左肩前随即向腹前擦击掌,上身 随之稍向右前俯,眼望右下前方(见图十三)。

第七拍 双腿伸屈一下后半蹲,上身左拧,仰头望天空,双手于颈前拍掌一下(见图十 四)。



十三 图



十四 图

第八~十二拍 做第三至七拍的对称动作。

第十三~十六拍 做"三步一转"。

32. 乌鸦舞(达嘎拉姆)

第一拍 右脚起做"前跳跟步",双膝半屈。

第二拍 双脚跟抬起,脚掌向左碾一下,使脚尖摆向右前方,身体顺势稍右转。

第三拍 双脚跟踮动一下,双膝顺势屈伸一下,上身稍前俯。

第四~五拍 做第二至三拍的对称动作。

第六拍 双脚掌向左碾转一下,顺势右转面向前,同时,双腿屈伸一次,上身稍前俯。 33. 乌鸦展翅舞

准备 双手右高左低平伸于身两侧,掌心朝上。

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三~六拍 右脚起,一拍一次向前走四步,双手一拍一次先向下翻掌成掌心朝下, 再向上翻掌成掌心向上,如此反复。

第七拍 右脚前迈成"自然步"半蹲,上身左拧,双手掌心向下,眼视左前方。

第八拍 双膝伸直,上身稍右拧,双手掌心朝上,眼视前方。

第九~十拍 同第七至八拍。

第十一~三十拍 做三遍第一至十拍动作。

第三十一~六十二拍 (转方向)做四次第三至十拍的对称动作。

34. 搓绕麻线舞

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三拍 左脚前迈一步屈膝为重心,右腿稍屈前抬起,左臂屈肘前抬,手做捏线状与头平,右掌贴于右大腿上,向右前搓两下做搓麻线状(见图十五)。

第四拍 保持第三拍动作姿态。

第五拍 右脚落至左脚旁,双腿屈,双手于腰前合掌做搓线状。

第六拍 左脚退至右脚后,双腿屈膝,右脚为重心,双臂屈肘旁抬,掌心相对,左手高,右手低。

第七~十拍 左脚起,一拍一步向前走四步,同时双手保持第六拍姿态,右手虚握拳(食指伸直)做握线轴状,反复向内绕腕做绕线状(幅度不太大)。

35. 刀舞之一

#### (1)翻掌举臂

准备 右手"握刀",自然站立。

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三拍 右脚起做"伸脚步",左腿稍屈,右手握刀横于腹前,左手掌心向下扶于刀背,上身前俯(见图十六)。



图 十五



图 十六

第四拍 左脚向右前跳一步屈膝为重心,右腿屈膝自然抬起,双手向上翻腕成掌心朝上(刀尖向右),上身前俯。

第五~十拍 脚做第三至四拍动作三遍,双手一拍一次上下翻掌,双臂渐渐高举至头前上方,上身随之直起。

第十一~十八拍 同第三至十拍动作,双臂渐渐下落至腹前,上身随之慢慢前俯。

#### (2)弓步摆臂

做法 右脚向前迈一步成右"前弓步",左腿微屈,双脚跟一拍一下踮动。双手伸出于左腹前(右手"握刀",刀尖向左上方),上身稍前俯,逐渐划至右上方(右手抬至右上方,左手做"剑指"稍低),双腿顺势直立起上身,以右脚为重心,左脚跟抬起(见图十七)。接做对称动作。

提示:该刀舞属剽牛司(即巫师)与部分男子在屋内火塘周围所跳,舞时边跳边念咒语,所以左、右迈步,双手上划等动作视咒语句子长短而定(咒语见"概述")。



图 十七

#### 36. 刀舞之二

第一拍 右脚起做"伸脚步",双手前伸至腹前,同时向下翻腕成掌心朝下,左手搭在刀身上,上身前俯。

第二拍 保持姿态,双手向上翻腕成掌心朝上(刀尖向右)。

第三拍 右脚起做"旁跳靠步",上身前俯,双手做第一拍的动作。

第四拍 双脚掌向左碾一下,使脚尖向右前方,同时向右稍转身,双膝屈,上身前俯,双手做第二拍的动作。

提示:无刀者可上下翻动手掌,以下刀舞均同此。

37. 刀舞之三

#### (1)抬腿翻掌

第一拍 右脚向前迈一步为重心,左脚跟抬起,双腿屈,上身前俯,双手做"刀舞之二"的第一拍动作。

第二拍 左腿前抬起,右脚随之踮动或小跳一下,双手做"刀舞之二"的第二拍动作。

第三~四拍 脚做第一至二拍的对称动作,手的动作同第一至二拍。

#### (2)跳步磨刀

第一~二拍 双脚并拢屈膝向右跳两小步,同时双手掌心向下伸至 右下方,上身稍前倾微右拧(见图十八)顺势向右前平推出,手掌随之稍翘 起,然后屈肘双手拉回原位,掌心随之向后,做磨刀状。



图 十八

第三~八拍 做三遍第一至二拍的动作。

第九~十六拍 做第一至八拍的对称动作(向左跳的幅度,比前八拍小些)。

38. 刀舞之四

第一~四拍 做"双屈膝"两遍。

第五拍 右脚起做"旁跳靠步",上身前俯,双手至腹前向下翻腕成掌心朝下。

第六拍 保持姿态,双脚原位踮动或小跳一下,双手向上转腕成掌心朝上。

第七~十八拍 做第六遍第五至六拍的动作,前三遍双臂渐渐高举至头前上方,上身随之立起。后三遍双手慢慢落回腹前,上身随之前俯。

#### 39. 刀舞之五

第一~八拍 双脚并拢半蹲,每拍一下向右跳八次;双手左手低(掌心向下)右手稍高(拳心向外握刀,刀尖向左前方),随节拍从左下方渐渐划向右前上方,上身随之渐渐直起(见图十九)。

第九~十六拍 做第一至八拍的对称动作。

第十七~二十四拍 做第一至八拍的动作的同时原位向右转一圈,当转到半圈时,上身直立,双手高举至头前上方,头微仰,转回原方向时,上身则慢慢前俯,头随之稍下垂,双手回原位。



图 十九

第二十五~四十八拍 做第一至二十四拍的对称动作。

40. 铓锣舞之一

准备 左手"提铓",右手执槌。

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三~六拍 做"左右摆步",同时,左脚一拍一次向前跳动,上身稍前俯。

第七拍 左脚原位踮跳一下屈膝为重心,同时右脚前伸以脚掌点地,膝直,上身稍前俯。

第八拍 左脚原位踮跳一下,右脚擦地屈膝后抬。

第九~十拍 同第七至八拍。

第十一~十八拍 同第三至十拍。

第十九~二十二拍 做第三至六拍的动作向后退跳。

41. 铓锣舞之二

(1)碾步敲铓

第一拍 右脚起做"前跳跟步",上身前俯。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 双脚掌向右碾转四分之一圈,屈膝,上身前俯。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五~十八拍 同第一至四拍。

第十九~二十二拍 动作同第一至四拍,第二十一拍时向左转半圈面向左方。

(2)伸脚敲铓

第一拍 右脚起做"前跳跟步",上身前俯。

第二拍 保持姿态,双脚掌向右碾转,上身随之右转。

第三拍 右脚起做"伸脚步",上身前俯。

第四拍 做第三拍的对称动作。

42. 铓锣舞之三

(1)屈膝敲铓

第一~四拍 做两遍"双屈膝"。

第五拍 右脚起做"前跳跟步",上身前俯。

第六拍 保持姿态,双膝伸屈一下,双脚随之踮动一下。

第七拍 做第五拍的对称动作。

第八拍 同第六拍动作。

第九~十二拍 双腿一拍屈伸一次(前半拍屈),双脚跟随之踮动。

第十三~二十拍 做第五至十二拍的对称动作。

(2)大铓锣舞

第一~四拍 做"双屈膝"两遍。

第五拍 右脚向前迈一步,左脚跟随之离地,双腿稍屈(重心在右脚),上身前俯。

第六拍 左脚上至右脚旁,双腿稍屈,上身前俯。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

第九~十二拍 保持姿态,双腿屈伸四次,双脚跟随之踮劝,身体随之起伏。

第十三~二十拍 做第五至十二拍的对称动作。

43. 铓锣舞之四

(1)开胯敲铓

第一拍 右脚起做"旁跳靠步",上身前俯。

第二拍 左脚原位踮动一下,同时右脚跟抬起顺势前顶,稍开膀,双腿屈,同时右转四分之一圈。

第三拍 右脚跟落地屈膝为重心,同时左脚跟抬起,上身稍前俯。

第四拍 保持姿态,双腿伸屈一下。

第五拍 双脚原位踮动一下,顺势左转四分之一圈成"自然步",上身稍前俯。

第六~九拍 做第二至五拍的对称动作。

第十拍 做第二拍动作。

第十一~十四拍 做"三步一转"。

第十五~十六拍 做"三步一转"的第三至四拍动作。

#### (2)勾脚敲铓

第一拍 右脚起做"伸脚步",上身稍前俯。

第二拍 做第一拍的对称动作。

第三拍 右脚向右跳一步,左腿屈腿,小腿向右后抬起。

第四拍 做第三拍的对称动作。

第五~八拍 右脚落地成"自然步",双脚掌每拍一次先右、后左碾动四次,膝随之屈伸,上身前俯。

#### 44. 播种舞

准备 左手于左腰前做抱盛谷种的容器状,右手自然下垂。

第一~二拍 做"双屈膝"。

第三~六拍 右脚起,一拍一步向前走四步,同时右手经上划至左手处抓一把"谷种",眼视左手。

第七~八拍 右脚向前走一步再原位踮跳一下,左腿屈膝 前抬,右手做将谷种向右上方撒去状,上身左拧稍右倾,眼视左 下方(见图二十)。

第九~十拍 脚做第七至八拍的对称动作,右手在第九拍 时抓谷种,第十拍时向左上方做撒谷状。



图 二十

# (四)跳 法 说 明

"剽牛祭天"由四项仪式组成,舞蹈节目贯穿始终,有的仪式配有固定的舞蹈,有的仪式则既有专人跳的规定舞蹈,又有众男女任意选跳的其他舞蹈。跳时,提中、小铓者(男女不拘)边舞边一拍一击铓锣为舞者伴奏;抬大铓者通常是每两拍或四拍击铓一下;徒手者双手既可于击中、小铓时击掌一下(主要是马库、巴坡一带),亦可自然下垂随身体自由摆动(其他地区均同此)。由于区域不同,因此在相同的仪式中,各地区所跳的舞蹈略有区别。以下按仪式的先后分述各舞蹈跳法。

1. 开门仪式。由巫师与有威望的数名老者来主持,他们手握长刀,在室内围着火塘跳"弓步摆臂"(刀舞之一)并逆时针方向转圈,一般是巫师念一句咒语,舞者做一遍动作(或是对称动作),依次反复,直至念完全部咒语,仪式宣告结束,刀舞也就此终了。

- 2. 插木桩仪式。众男女开始参与舞蹈。两位男子抬起标有吉祥符号的木桩前往剽牛场,途中,众人或排成两行相随,或护其左右成圈,边慢行边跳"来回走舞"(马库、巴坡跳"来回走舞之一"、孔当地区跳"来回走舞之二"、献九当地区跳"来回走舞之三"、龙元地区跳"来回走舞之四")。至剽牛场后,部分男子在场中挖坑插桩,众人(女性居多)围成圆圈亦可成内外两圈跳"开始起舞"、"来回走舞"、"来回转圈舞"等并逆时针方向慢慢转圈。
- 3. 牵牛绕房仪式。剽牛女主人用各类装饰品将牛打扮一新,由两位男子牵牛围房屋绕几圈后便向剽牛场走去,众男女跟在牛后跳"边走边跳舞",按序做"踏步之一"、"踏步之二"、"踏步之三",每一动作可反复数遍,直达剽牛场方止。
- 4. 剽牛仪式。是此项活动的高潮,也是大部分舞蹈表演的场所,全体族人云集于此,围 圈(或内外双圈)起舞,马库、巴坡通常跳"脚掌舞"、"脚底舞"、"点脚舞"、"转脚踝舞"、"甩 脚舞"、"搓小米舞"、"洗衣舞"、"望星星舞"、"铓锣舞之一"、"翻掌举臂"(刀舞之一)等;孔 当通常跳"弯脚舞"、"摆脚掌舞"、"向后碰脚舞"、"铓锣舞之二"、"往前抬脚舞"、"刀舞之 二";献九当和南代旺村常跳"绕脚舞"、"欢跳舞"、"蹬脚舞"、"蹦蹦跳舞"、"洗衣舞"、"刀舞 之三";龙元常跳"屈膝舞"、"跺脚舞"、"铓锣舞之三"、"刀舞之四";迪政当跳"撩脚舞"、"抬 脚舞"、"扭屁股舞"、"乌鸦舞"、"乌鸦展翅舞"、"刀舞之五"、"铓锣舞之四"。而这些地区共 同跳的舞有"弓膝舞"、"脚底舞"、"搓绕麻线舞"、"播种舞"等。当牛的女主人进圈内揭去牛 身上的饰物与牛告别后,便有一至二名巫师(又称剽牛司)走至圈中跳起"剽牛司舞",此 刻,众人渐渐安静下来,凝神屏气地观看,只见巫师右手握标枪(即长矛),左手端竹酒筒, 紧紧注视着牛逆时针方向缓慢转圈,并反复做"前跳步"、"抬脚步"、"伸脚步"、"刺牛步"、 "喷酒步"、"念咒舞步之一"、"念咒舞步之二"等(顺序不定,舞时速度由击铓者根据场上情 况来调整快慢)寻找着机会,当巫师将牛刺倒后,剽牛场顿时沸腾起来,有些男子跑至场中 帮助剥皮解肉,而更多的人则欢跳起舞,他们有的围成圈,有的散立于各处,反复跳剽牛前 的舞蹈。待砍下牛头后,巫师背着牛头,众人簇拥其后,跳着"边走边跳舞"至寨中各处游行 一番,此时,有的巫师也选跳"剽牛司舞"中的某些动作,然后再返回剽牛场,围圈跳起了 "召集族人舞",反复数遍后,又继续跳游行前所跳的舞蹈,跳法相同。

当日下午,一般是在剽牛场搭灶煮牛内脏,傍晚时分,人们又聚集在剽牛场上燃起篝火,继续舞蹈。这时所跳的舞蹈同重返剽牛场所跳的一样,只是表演性更强一些。他们不仅围圈舞蹈,还要站成两排互相交插换位,还可两人一组或碰脚底、或互绕圈,当大家感到疲劳和饥饿时,即可休息,分吃煮熟的牛内脏,接着再次起舞,直跳至半夜时辰,尽兴而止。

参加剽牛祭天活动的舞蹈,大约有以下几种跳法:

1. 围圈起舞。一是舞者围成圆圈,面对圆心,边做动作边逆时针方向慢慢转圈,如"来回 走舞之一"、"点脚步"、"抬脚舞"、"转脚踝舞"、"甩脚舞"、"望星星舞"、"乌鸦舞"、"翻掌举臂"(刀舞之一)、"跺脚舞"、"扭屁股舞"、"召集族人舞"、"洗衣舞"、"搓绕麻线舞"、"刀舞1930

之二"、"刀舞之四"、"铓锣舞之二"至"铓锣舞之四";二是左肩对圆心,其它同上,如"弯脚舞"、"边走边跳舞"、"来回转圈舞"、"播种舞";三是保持大圆圈,每二人面相对为一组起舞,同时逆时针方向转圈,如"往前抬脚舞"、"向后碰脚舞"、"弓膝舞",此跳法二人动作相对称。

- 2. 两排对舞。两排相距 3 米而立,各舞跳法略不同。
- (1)跳"来回走舞之二":做第一至十六拍动作,两排前行靠近成背相对,再原位做第十七至三十二拍动作。接做第三十三至四十八拍的动作各返原位左转半圈成面相对。然后做第四十九至八十拍的动作,两排交叉跳至对方原位后左转半圈成面相对。再做第八十一至一二八拍动作,跳法同第一至四十八拍。最后做第一二九至一四四拍动作,两排交叉退回原位。
- (2)跳"来回走舞之三":第一至十四拍动作时,两排前行靠近成背相对,做第十五至三十二拍动作,双排交叉退至对方起点位。如此反复。
- (3))跳"来回走舞之四":两排原位做第一至四拍动作,第五至三十六拍时,两排交叉而过到对方起点位后左转半圈成面相对。
- (4)跳"脚掌舞":全体做第一至二十四拍动作前行两排靠近,原位做第二十五至四十二拍动作,双方脚掌相碰,然后做第四十三至五十九拍动作退回原位。
- (5)跳"欢跳舞"、"蹦蹦跳舞";两排边做动作边前行交叉至对方原位,左转半圈成面相对,依次反复。
  - 3. 既可圆圈起舞,又可两排对舞(以下动作凡转圈时,向前跳均变为向右跳)。
- (1)"开始起舞":圆圈跳时,面对圆心做"行走步"第一至二拍动作,然后右转四分之一圈,左肩对圆心反复做第三至十拍动作,并逆时针方向绕圈,然后面对圆心接做"左右小跳步"的第一至二拍动作,再做第三至四拍动作六遍,同时分别向左、右各转一圈,可反复数次,两排对舞时做"左右小跳步",第一至二拍动作原位做,反复第三至四拍动作时,两排交叉至对方原位左转半圈成面相对。
- (2)"搓小米舞":围圈舞时,跳法同"开始起舞"。两排对舞时,先原位做第一至二拍动作,接着反复做第三至八拍动作前行,两排交叉后,二人为一组逆时针方向转一小圈再走至对方原位,向左转半圈成面相对。还有一种跳法是舞者成一竖排,双手塔于前者双肩,领头者双击掌率队或绕圈或走"龙摆尾"队形。
  - (3)"脚底舞":围圈起舞跳法同"开始起舞";两排对舞跳法同"欢跳舞"。
- (4)"边走边跳舞"、"屈膝舞":围圈起舞时,均左肩对圆心;两排对舞的跳法同"欢跳舞";还可以不排任何队形,边跳边前行,此跳法多用于护送牛到剽牛场或背牛头到寨中游行。
  - (5)"绕脚舞"、"摆脚掌舞"、"撩脚舞":围圈起舞时跳法同"来回走舞之二";两排对舞

时跳法同"欢跳舞"。

- (6)"铓锣舞之二"、"铓锣舞之四":围圈起舞时分别做"伸脚敲铓"、"勾脚敲铓";双排对舞时分别做"碾步敲铓"、"开胯敲铓",跳法同"绕脚舞"。
- (7)"刀舞之三":周围起舞做"跳步磨刀";两排对舞时做"抬腿翻掌",跳法同"绕脚舞"。
- (8)"大铓锣舞":围圈起舞时,先反复跳第一至二十拍动作数遍,以下再反复时每遍均从第三拍开始;该舞也可走"龙摆尾"队形,扛大铓锣者领头,以下是提中、小铓者,无铓者要做持铓击节的动作。舞蹈时全体均弯腰屈膝,做出拿沉重的大铓锣时的姿势。"大铓锣舞"其实是向人们炫耀自己的财富,谁家铓锣最大,谁就排在领头位置。

传 授 李自生(独龙族)

独 娜(独龙族)

本能•亚娜(独龙族)

编 写 司仙华(傈僳族)

绘 图 刘永根

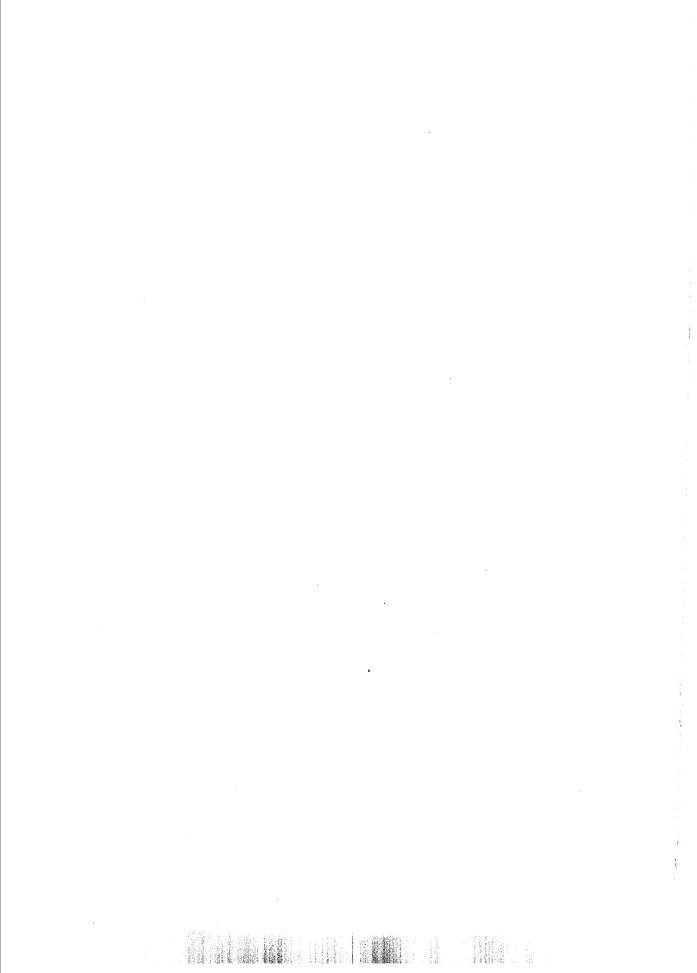
资料提供 李新民(独龙族)

迪志华(独龙族)

执行编辑 葛树蓉、庞玉瑛

# 民主革命时期 群 众 歌 舞

主 编 孙 强 副 主 编 熊长惠、王 勇 编 辑 李景泰、孙晋昆 责任编辑 陈 净



# 民主革命时期群众歌舞概况

云南省的舞蹈艺术在八年抗日战争和三年解放战争时期很活跃,形成一种新的城市民族民间舞蹈活动。

抗日战争时期,云南是抗战大后方,北京大学、清华大学、南开大学迁至昆明,成立了"国立西南联合大学",简称"西南联大"。在中共云南省工委领导下,组织了"学生抗敌后援会"等各种社会进步社团,掀起抗日救亡运动。在宣传抗日时将《播种之歌》、《做棉衣》、《山林果》等歌曲,编成舞蹈表演。戏剧家王旦东领导的"农民救亡灯剧团"编演了以花灯为基础的歌舞剧《茶山杀敌》(即《大茶山》的前身)和《王小二参军》。1944年建水建民中学廖必筠等教师带领部分学生向彝族群众学习了"斗蹄壳","乐穿花"等民间舞蹈,在校内普及。

1944年4月,原在桂林的"抗敌演剧五队"和"新中国剧社"及大批戏剧、音乐、舞蹈专家相继撤退至昆明。他们的到来,加强了昆明抗日爱国民主力量,推动了昆明新文化运动,同时带来了吴晓邦、戴爱莲等创作的《大刀进行曲》、《村姑》、《苗家月》、《朱大嫂送鸡蛋》等节目,在群众中表演、传教。

1945年上半年,梁伦以中华小学为基地,成立了"中华舞踊研究会",举办了短期舞蹈训练班,创作演出了《唱春牛》、《渔光曲》、《我流浪四方》和舞剧《五里亭》等节目。同年暑假,西南联大侯澄、王松声和中山中学学生毕恒光(彝族,后参加圭山游击队被反动政府枪杀)等,组织"暑期服务队"到路南农村作社会调查,发现彝族舞蹈朴实、优美、丰富,倡议组队到昆明演出。随即由王松声、梁伦、毕恒光到路南挑选、加工排练节目,组成由路南圭山,弥勒西山的阿细、撒尼、花苗等三十余人的民族青年演出队,于1945年5月24日在昆明举行了"圭山彝胞音乐舞踊会"。演出了《跳麟甲》、《阿细跳月》、《跳鼓》、《猴子扳包谷》等十三个节目,这是云南少数民族民间舞蹈首次搬上省会舞台。

抗日战争胜利后,以具有革命传统的西南联大为中坚的昆明大中学校爱国师生,掀起了"反内战,争民主"的爱国运动。在"反内战,反饥饿,反迫害"、"抗议美军暴行"等爱国民

主运动中,群众舞蹈活动紧密配合革命斗争形势,蓬勃发展起来。1946年下半年,西南联大北迁,昆明学运中心转至云南大学。中共云南省工委组织了"昆明大中学生自治联合会(学联)"和"新民主主义青年联盟"(简称"民青"),积极开展革命歌舞活动。这一时期最为普及的舞蹈是《团结就是力量》、《唱出一个春天来》、《金凤子开红花》、《青春舞曲》、《您是灯塔》、《农作舞》、《农家苦》、《斗蹄壳》、《老人家》、《乐穿花》等二十余个,其中以《青春舞曲》、《唱出一个春天来》两个节目最受欢迎,几乎每个晚会上都要演出。

1947年中共发动了武装斗争,组建"云南人民自卫军",后又改称"云南人民讨蒋自救军"。1949年7月,统编为中国人民解放军滇桂黔边纵队(简称"边纵")。昆明地区的中共地下党员,"民青"成员及进步青年许多参加了"边纵"游击武装斗争。他们把昆明学运中的革命歌舞带到了部队及根据地群众中。

1948年10月,活跃在思茅、普洱地区的云南人民自卫军(即"边纵"九支队前身),在元江猪街伏击敌军获胜,群众纷纷前来祝捷慰问,政治部主任唐登岷根据当时情景,用彝族民歌《满山娘》填词,改编为《满三娘劳军》。政工队员配上了舞蹈,演出后,深受战士和群众欢迎。七支队还将此节目译成纳西语演出,纳西族群众倍感亲切。七支队在丽江发动群众,用"呀哈里"改编的歌舞《阿丽哩》传遍纳西族各村寨,成为纳西族公认的本民族民间歌舞,盛行不衰。1949年八支队到景东剿匪,途经南华县牛街,彝族群众如临大敌,一些青壮年男子拿着矛塞枪堵住路口,不准进村。部队让政工队员开路,他们在村头跳起了彝族舞蹈《老人家》、《乐穿花》和《金凤子开红花》、《农家苦》等歌舞节目,小孩妇女们都来围观,沟通了民族感情,部队顺利通过了牛街。

革命歌舞在战争年代充分发挥了它的战斗作用。

(执笔:孙 强、聂乾先)

# 金凤子开红花

## (一) 概 述

《金凤子开红花》这个歌曲是江鹫(进步音乐工作者)在1947年为配合当时昆明的民主运动,采用云南花灯调《螃蟹歌》重新填词发展而成的。它借物托情,寓意深远。后经建民中学教师胡宗澧采用花灯和秧歌相结合的舞步,编成一个歌舞节目。可表演也可自娱,在昆明青年学生和滇桂黔边纵队的战士以及根据地的群众中广为流传。各地在表演及自娱活动时,也都有所变化、发展,不尽相同。

## (二) 音 乐

云 南 民 歌填词 江 鹜

# 金凤子开红花

1 = E 中速

 2
 4
 1
 1
 6
 5
 23
 5
 5
 6
 6
 53
 2
 31
 2
 2
 31
 2
 5
 6
 6
 6
 53
 2
 31
 2
 5
 5
 6
 6
 53
 2
 31
 2
 5
 5
 6
 6
 5
 3
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7
 7

1937

# (三) 造型、服饰

#### 造型



女舞者



男舞者

# 服 饰(均见"统一图")

- 1. 女舞者 脑后梳独辫,穿有领大襟上衣,中式长裤、布鞋,围围腰。
- 2. 男舞者 穿有领对襟上衣、中式长裤、布鞋。

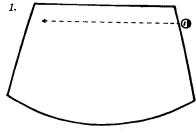
## (四)动作说明

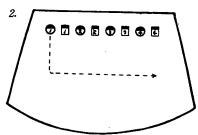
- 1. 走步
- 第一拍 左脚上前一步,前脚掌先落地,同时,左胯稍向左顶,双手向左摆。
- 第二拍 做第一拍的对称动作。
- 2. 开红花之一
- 第一~二拍 脚同"走步",同时,双手由腹前抬至头前分开,掌心相对做开花状。
- 3. 开红花之二
- 第一拍 同"走步"的第一拍。
- 第二拍 右脚向左后撤一步,双手做开花状。
- 4. 扶肩抱胸之一
- 第一~二拍 脚同"走步",同时,双手交叉扶肩抱胸。
- 5. 扶肩抱胸之二
- 第一拍 同"走步"的第一拍。
- 第二拍 右脚向左后撤一步,同时双手交叉扶肩抱胸。
- 6. 翻身转圈
- 第一~四拍 左脚起向左崴四步转一圈,同时,上身先俯后直做翻身状。
- 提示:"崴"的动作要求基本同《大茶山》中的"小崴"。
- 7. 前吸腿拍手跳
- 第一拍 右脚原地跳一下,同时左"前吸腿",重拍向上,双手在胸前拍掌后,双脚落地。
  - 第二拍 做第一拍的对称动作,边跳边向左转半圈。
  - 第三~四拍 同第一至二拍。
  - 8. 十字步(见"统一图")
  - 9. 退步分手
  - 做法 双脚一拍一步后退,腰、胯随之崴动,同时两手(手心朝上)从胸前向上分开。

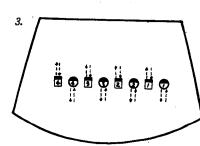
# (五)场 记 说 明

男舞者(□~国) 人数不限,以四人为例。

## 女舞者(Φ~Φ) 人数不限,以四人为例。







《金凤子开红花》

〔1〕~〔8〕不奏

〔9〕~〔12〕(不唱) 全体舞者女前男后相间插成一行,由女1号带领,面向3点从台左后出场,双手右"顺风旗"做"走步",走成一横排后左转身面对1点(人数较多时则用整曲音乐)。

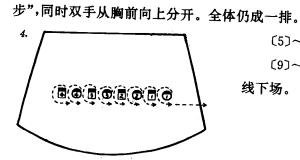
#### 唱第一遍

〔1〕~〔3〕 做"走步"、"开红花之一"(或"开红花之二")、"走步"各一遍,同时按图示路线行进,到位后仍成一横排面向1点。

- 〔4〕 做"扶肩抱胸"。
- [5]~[12] 做"翻身转圈"四遍。

#### 第二遍

- 〔1〕~〔2〕 男做"退步分手";女向前走"十字步",同时两手从胸前向上分开。
- 〔3〕~〔4〕 女做"退步分手"; 男向前走"十字



- 〔5〕~〔8〕 原位做"前吸腿拍手跳"两次。
- [9]~[12] 边做"前吸腿拍手跳"边按图示路 线下场。

传 授 李 犁 编 写 孙 强 资料提供 黄丽芝 执行编辑 陈 净、梁力生

# 五 里 亭

## 

1945 年梁伦等人在昆明中华小学任教时,为配合当时反内战运动,采用云南民间歌曲《雨不洒花花不红》的曲调,创作编演了舞蹈"五里亭",反映了当时国民党反动派拉农民当炮灰打内战,致使农民妻离子散的悲惨情景。同年梁伦离昆,带到外地演出,很受欢迎。

后来,胡宗澧又为配合学生运动开展,采用花灯和秧歌结合的舞姿,重新排演了五里亭,并由杨明写了《死在战场以外的中国兵》一诗,配合演出朗诵,极大地增强了艺术效果。

朗诵:"被绑出来了。/被绑出来了。/从茅屋里;/被抓出来了,/从田地上;/被拖出来了,/从祖国的每一个村庄;/千万忠实的农民。"

两个国民党兵,押着四个骨瘦如柴、被捆绑着的壮丁上场。后面紧跟着神气十足的保长。四个追赶求情的农村妇女,汗流夹背,泪水满襟,跑向保长求情。呈上最后一点钱物,得到的回答却是收走钱物,抓去亲人。保长押壮丁扬长而去,留下的是绝望瘫倒的妇女!

随着青年学生们纷纷奔赴各游击队,这个节目也流传到各地。有的将结尾改为部队赶到,救出壮丁,壮丁自愿参军,公审保长等。经常是在演员、群众的悲泣声中进行,在"打倒蒋介石!"、"解放全中国!"的愤怒口号声中结束。在中国人民解放军演桂黔边纵队各根据地的"三征",发动武装斗争中,都取得了较好的社会效果。

# (二) 音 乐

云 南 民 歌记谱 佚 名

## 雨不洒花花不红

# (三) 造型、服饰、道具

#### 造 型





国民党兵

1942



壮 丁



农 妇

## 服 饰(参见"造型图")

- 1. 保长 穿长衫马褂,戴瓜皮小帽。
- 2. 国民党兵 国民党士兵服。
- 3. 壮丁 汉族农民破烂服。
- 4.农妇 汉族农民服。

## 道 具(参见"造型图")

- 1. 步枪
- 2. 折扇

# (四) 动作说明

壮丁动作一

第一~四拍 左脚向前跨一步成左"前弓步",双手后背似被捆绑状,上身前俯,一拍一次上下起伏,眼视前下方,动作沉重。

第五~八拍 做第一至第四拍的对称动作。

壮丁动作二

第一~二拍 左右脚向前各上一步。

第三~四拍 上左脚,顺势快速挑腰,呈右"前弓步"状,随即弓背佝胸,似被人以枪托撞击。

第五~八拍 右脚上一步,眼视前下方。

第九~十六拍 做第一至八拍的对称动作。

国民党兵动作一

第一拍 双手持步枪,左脚上一步,上身稍右拧,眼视前方。

第二拍 做第一拍的对称动作。

国民党兵动作二

第一~三拍 双手持枪,向前走三步(意为押送壮丁)。

第四拍 双手将枪举起,用枪托击壮丁。

保长动作一

准备 左手后背,右手持扇。

第一~二拍 左脚起,向右横走"圆场步"数步(上场)。

第三~四拍 左转身半圈,右手将扇打开举至右前上方,同时左"丁字步"亮相,眼视左前上方。

保长动作二

准备 接动作一的结束姿态。

第一~二拍 左脚向左前迈一步,右脚跟上成右"丁字步",右手扇扇两次,上身随之左右摇摆,做得意洋洋状。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

农妇动作一

第一~二拍 左脚向前跨一步,右脚拖地靠上左脚,双腿随之稍屈,顺势略向左送胯, 上身稍倾向右前,左手手心向下平抬于左后方,右手举至右前上方,手心向前,眼视前方, 下颌稍腆出。

第三~四拍 做第一至二拍的对称动作。

第五~六拍 左脚向左横迈一步,上身及手的动作同第一至二拍。

第七~八拍 做第五至六拍的对称动作。

农妇动作二

第一~二拍 左脚向左横迈一步,右脚随即撤至左后成右"踏步"全**蹲**,同时双手从右前下方向右"双晃手"划至左后下方。

第三~四拍 左手至右脚旁做提鞋跟状,眼视右手。

第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

农妇动作三

第一~二拍 站左"踏步",双手拉出掖在右腰旁的毛巾。

第三~四拍 双手持毛巾抬至脸前,左右横移做擦泪状。

第五~六拍 左手持毛巾于左腮旁,右手抓巾,做挤出毛巾上的泪水状,同时稍出右 1944

#### 胯,眼视毛巾。

第七~八拍 向左出膀,同时右手伸向右前做弹泪状,眼视右手。

农妇动作四

第一~四拍 双腿左"踏步"全蹲,双手抱在左腰旁做哀告乞求动作。眼视左前下方。 第五~八拍 做第一至四拍的对称动作。

第九~十二拍 双膝跪地,双手撩衣襟做掏物状(示意拿出身上仅有的钱物),眼视双手。

第十三~十六拍 双手做捧物状举至头上方,做求保长收下钱物状,眼视双手。

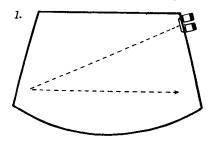
## (五)场 记 说 明

壮丁(□) 四人,简称"丁"。

国民党兵(♦) 二人,简称"兵"。

保长(▽) 一人,简称"保"。

农妇(○) 四人,简称"妇"。



#### 《雨不洒花花不红》第一遍

〔1〕~〔8〕奏两遍 第一遍时,丁随着低沉缓慢的音乐声,做"壮丁动作一"成两行从台左后出场。第二遍,兵做"国民党兵动作二"出场,同时丁做"壮丁动作二"。

[9]~[16] 丁做"壮丁动作一",兵做"国民党

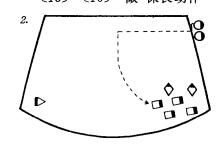
#### 兵动作一"到台右前。

- 〔5〕~〔12〕 丁做"壮丁动作二",兵做"国民党兵动作二"至前台中。
- 〔13〕~〔16〕 兵押送丁至台左前造型。

#### 第二遍

- 〔1〕~〔8〕 保做"保长动作一"从台左后出场,接做"保长动作二"至台后面向1点。
- 〔9〕~〔12〕 保左手后背,左手将扇合起,一拍一点扇,从左前指向右前方(表示这一切都属于我保长的)。
- 〔13〕~〔16〕 保双脚碎步退至台中成右"丁点步",同时双手手心向下从胸前分开,再收回按胸(表示都得听我保长的)。
  - [5]~[8] 保持原姿态,右手后背,左手左右捻胡须。
  - 〔9〕~〔12〕 左脚向左横迈一步,右"端腿",同时左手"提襟",右手持扇举至右前上

方,从里向外绕扇一圈,再往回绕扇一圈;然后落右脚成右"丁点步",右手将扇打开,亮相。 〔13〕~〔16〕 做"保长动作一"至台右前,面向 2 点,造型。



#### 第三遍

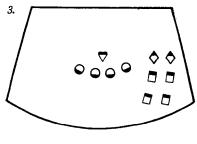
〔1〕~〔8〕 妇从台左后上场,反复做"农妇动作一",焦急地追(丈夫)至台中。

[9]~[16] 做"农妇动作二"。

[5]~[16] 做"农妇动作三"两遍。

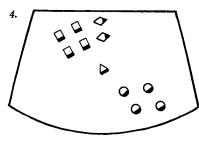
#### 第四遍

- 〔1〕~〔8〕 妇在原位做"农妇动作一"四遍。
- 〔9〕~〔12〕 妇悲痛地扑向丁,同时保上前拦阻。
- 〔13〕~〔14〕 保踢翻一丁。
- 〔15〕~〔16〕 保推倒一妇。
- 〔5〕~〔6〕 保用扇挑开一对夫妻。
- 〔7〕~〔16〕 保追一妇到台中(调戏)。



#### 第五遍

- 〔1〕~〔8〕 众妇见此情上前围住保。
- 〔9〕~〔14〕 妇做"农妇动作四"。
- [5]~[16]接[5]~[6] 保收下钱物。
- 〔7〕~〔16〕 保仍然下令将丁带走。



#### 第六遍

〔1〕~〔4〕奏两遍接〔5〕~〔16〕 妇见丁被抓走,悲痛地追上,被兵挡住,再追上前,被兵用枪托击倒。丁终于被抓走,此时,四妇做还我丈夫的造型结束。

传 授 王子厚、何 玲

编写孙强

绘 图 许明康

资料提供 黄丽芝

执行编辑 陈 净、梁力生

# 满三娘劳军

## (一) 概 述

"满三娘"原是流传在石屏、建水一带的彝族歌舞,曾带到昆明,在学生运动中演出过。 1948年10月云南人民自卫军(中国人民解放军滇桂黔边纵队第九支队前身),在元江猪 街伏击敌军获胜,群众纷纷前来祝捷慰问。唐登岷改编成《满三娘劳军》反映当时军民共庆 的情景。演出后,深受战士和群众的欢迎。并流传到"边纵"的许多支队,七支队在丽江译 成纳西语演出。

# (二) 音 乐

滇南彝族民歌 填词 唐登岷

## 满三娘劳军

1 = G 中速稍快

2 3 2 3 | 2 2 1 6 | 3 3 5 1 23 | 2 2 1 6 | 3 12 3 5 | 1 2 1 6 | 3 12 3 5 | 1 2 3 1

送战(呢)士, 穿起 了 布鞋 好 走(呢)路, 穿起 了 布鞋 好 打(呢)仗。 送战(呢)士,吃了(个)鸡蛋 力气(呢)足,吃了(个)鸡蛋 好打(呢)仗。 一双 送给 王 二(呢)爷, 还 有 别的 双送给 赵大(呢)哥, 一 个 送 给 突 击(呢)队, 一个送给 机枪(呢)连,还 有别的  $\frac{3}{1}$  6 |  $\frac{1}{1}$   $\frac{5}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{6}{1}$   $\frac{3}{1}$   $\frac{6}{1}$  |  $\frac{2}{1}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{2}{1}$   $\frac{2}{1}$ 同志 们, 等到 做 好 再送 来 再送 来。(仓仓 仓仓 同志 们, 打了 胜仗 再送来 再送来。(仓仓 仓仓 传 的哩 传,仓 的哩 仓,仓 的哩 仓,仓 的哩 仓 的哩 侉 的哩 侉 的哩 侉 的哩 侉,仓 的哩 仓,仓 的哩 仓,仓 的哩 仓 的哩 3 3 2 3 2 1 6 3 35 1 23 2 1 6 6 5 3 6 1 打胜(个)仗 回来(个)啦,喜气 洋洋 回来(个)啦 回来(个)啦!  $||\underbrace{2 \ 23}_{23} \ 2 \ 23 | | 6 \ 17 \ 6 \ 33 | | 6 \ 33 \ 2 | | 3 \ 53 \ 2 | | 3 \ 53 \ 2 | |$ (仓仓 仓仓 侉 的哩 侉 的哩 侉, 仓 的哩 仓, 仓 的哩 仓, 1 1 1 6 5 5 1 3 3 2 3 6 6 5 3 3 2 1 1 1 6 5 5 

仓 的哩 仓。) 大人 们, 小娃 们, 男人 们, 女人 们, 快快 去 接 他(呢)们,

1948

① 侉的哩:模拟弹烟盒的声响。

② 仓的哩仓:模拟四弦的声响。

3.(王)王姑娘,珊跚来,

脸上红光浮上来,

见情郎,羞答答,

手上提着荷包袋,

袋里拿出绣花帕,

一手送过花荷包,

一手送过绣花帕,

嘴里喊着情郎哥,

不打胜仗莫见我。

4.(张)张大妈,笑着来,

小脚拐拐拐着来,

叫一声,同志们,

树老心空不中用,

我老没有东西送,

一望你们莫见怪,

二望你们放心去,

你们家中有妻儿,

有事自有我照管。

5.(众)满三娘,李大妈,

王姑娘,张大妈,

多情理,多情意,

给了我们好东西,

又给我们好鼓励,

我们样样记在心,

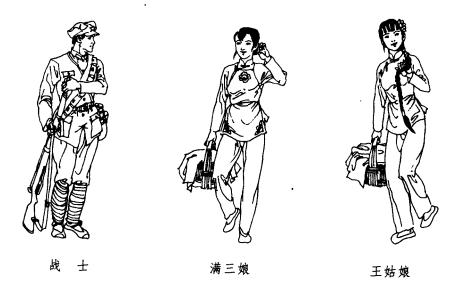
定为人民去杀敌,

若不打了胜仗来,

真是无脸见你们。

## (三) 造型、服饰、道具

#### 造型



#### 服 饰(参见"造型图")

- 1. 战士 戴缀有红五角星的八角帽,穿蓝粗布军服,布鞋。
- 2. 满三娘、李大嫂、王姑娘、张大妈 王姑娘梳独辫,其余三人盘髻、戴围兜。四人各根据年龄不同,分别穿红、浅蓝、深蓝布高领大襟上衣,中式长裤,布鞋。

#### 道 具(参见"造型图")

- 1. 步枪
- 2. 竹篮子 手提式, 竹篾编制。

# (四)动作说明

1. 左右对脚

准备 甲左乙右并肩站立。

第一拍 甲左脚在右脚外侧点地,右脚为重心,同时双手在胸前拍掌一次;乙做甲的对称动作。

第二拍 做第一拍的对称动作。

1950

#### 2. 吸腿跳

第一拍 左脚蹬地跳一下,右腿顺势朝左前吸起,双手于胯两旁,脸向前方。

第二拍 腿做第一拍的对称动作,双手于胸前拍掌一次。

#### 3. 左右吸腿转身跳

第一~四拍 左右腿一拍一次交替前吸并向右跳转一圈,同时,双手在胸前拍掌四次。

#### 4. 前吸腿跳

第一拍 左脚前伸脚尖点地,同时右腿屈膝,随即左腿前吸,右脚蹬地跳起,双手在胸前拍掌一次。

第二拍 做第一拍的对称动作。

## (五) 跳 法 说 明

表演时,战士若干名(人数不拘)和满三娘、李大嫂、王姑娘及张大妈站成两横排或围成圆圈,前四遍音乐的[1]至[19]时,满、李、王、张依次上前,边唱边根据词意表演,其他人做"左右对脚"动作伴舞。[20]以后,众人依次做"吸腿跳"、"左右吸腿转身跳"、"前吸腿跳",间或转身成二人面对面,或左右交换位置、前后排交换位置。第五遍音乐时,可根据情况边做基本动作,边变换圆圈、横排、八字等队形,组成军民联欢的热烈场面。乐曲[20]以后的音乐长度,可根据需要反复或剪裁。表演结束时可做"吸腿跳"进场。

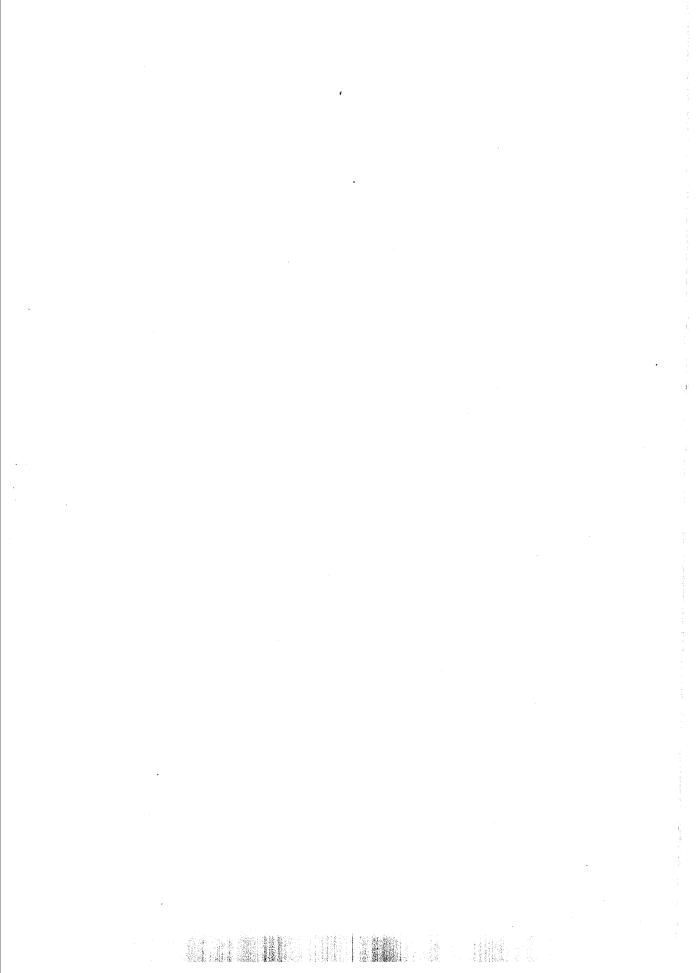
传授李犁

编写孙强

绘 图 许明康

资料提供 黄丽芝

执行编辑 陈 净、梁力生



# 后 记

云南省民族舞蹈工作室于 1980 年成立,任务之一就是搜集整理和出版云南各族民间舞蹈。1981 年,国家文化部、国家民族事务委员会、中国舞蹈家协会发出〔文研字 641 号〕《关于编辑出版民族民间舞蹈集成的通知》。同年 11 月,云南省文化局、民族事务委员会、舞蹈家协会三方组成了中国民族民间舞蹈集成云南卷编辑委员会,由省文化局副局长李坚担任主任委员。同时,会签了〔云文字 1981 第 229 号、省民委字第 171 号、省舞协第 1号〕文件,向全省各地州市县转发了"通知",并将编纂任务交与了省舞蹈工作室。

1984年成立云南省民族艺术研究所,民族舞蹈工作室改组为云南省民族艺术研究所舞蹈研究室,继续承担此项工作。同年,李坚同志调离云南,集成工作由省文化厅原副厅长高德林领导。由于情况的变化,1986年撤消原编委会,组成现编委会;编辑部人员也进行了调整。云南卷的编纂工作,自1981年11月开始至1994年9月终审完毕,共历时一十四年。

《中国民族民间舞蹈集成》为国家艺术学科重点科研项目,云南省由于民族众多,舞种丰富,审美及学术研究价值高,云南卷被视为重点卷,得到总编辑部和我省地州市县各级领导的重视和支持。总编辑部同志曾多次亲临云南指导。省文化厅副厅长李正荣,省民族艺术研究所所长郭思九,副所长黎方及前所长曹汝群领导了此项工作。全省各地州县市都成立了领导小组和工作班子,一般都由一位副县长担任领导小组组长。许多县的文化局长,都亲自带领工作小组或县文工队的全体同志,爬山涉水,走村串寨,进行普查收集工作。

在工作过程中,先后召开了六次全省编写工作会议,举办骨干培训班七十七次。全省 仅参加编撰的人员就有一千三百一十三人。他们走访了九百四十一个区,三千三百八十九 个乡,一万零一百零八个自然村,访问民间艺人一万一千八百五十七人次。行程四十六万 六千二百九十七公里,其中步行十三万八千一百二十七公里。收集舞蹈一千二百五十五 个,套路七千八百一十八个,舞曲六千九百五十首,打击乐四百七十一首,民歌一千三百五十二首,民间舞蹈传说故事五百七十四个,拍摄照片三万六千多张。录像一百五十二小时。全省一百二十八个县(区、市)中,有一百二十三个县完成县卷的编写任务,一百零二个县印制成书,共一千三百八十三万多字。有三十六位县长或书记为本县卷本作序题词。通过县卷的完成,基本查清了我省民族民间舞蹈资源,为省卷的编纂奠定了坚实的基础。

云南民族众多,民族民间舞蹈资源丰富,但大部地区山高谷深,交通不便,语言不通, 文史资料奇缺,给普查、收集、编写工作带来很大困难。各地州县市的工作同志,背着背箩, 带着干粮,拄着打狗棍,爬雪山,过溜索,途中被蚂蟥叮,遭狗咬,除夕夜摸黑路,夜晚露宿 篝火旁。有的女同志怀着身孕,发着高烧,仍坚持在山寨地头宣传党的政策,为少数民族群众做好事,通宵达旦学习舞蹈动作。有的同志为了搜集有关舞蹈资料,寻墓碑,攀岩洞,历尽艰辛,在所不辞。昆明市艺术研究所周美同志虽身患癌症,仍独自一人去山区搜集苗族、彝族舞蹈,临终前还要求在病床上修改稿件;祥云县文化馆副馆长戴宏亮为了按时完成任务,编写时累得大吐血,殉职于舞蹈集成工作岗位上。他们为云南卷的完成做出了巨大牺牲。

集成工作受到了各族群众的欢迎和支持。下乡工作时,有的村寨群众主动送鸡、送水果,用马送生病的工作同志回城;有的寨子群众吹着唢呐,热情地欢送工作的同志几里路。在完成云南卷的日子里,省舞蹈研究室的袁亚群、张艾、于占东、吴宝兰、聂晓燕以及省艺术研究所办公室主任何力、胡耀池等同志,都做了大量的工作。"云南卷"的完成,是全省舞蹈集成工作者及其领导者和支持者的辛勤劳动成果。

云南各民族社会经济发展不平衡,民族舞蹈亦然。选编时,初选了二十八个"民族卷"、 三百零一个节目。由于各种原因,现收入二十四个民族的一百八十一个节目。收编这些节 目是从发展不平衡的实际情况出发,尽量选收各族具有代表性的舞种入卷。遗憾的是各民 族都尚有一些好的节目未能入选,好在这些节目现在都保存于各县卷本中,容易查找,这 又使人感到欣慰。

编辑《中国民族民间舞蹈集成·云南卷》的任务十分繁重,由于编辑部同志们的水平有限,如有疏漏错讹之处,敬请各位专家学者教正。

《中国民族民间舞蹈集成 • 云南卷》编辑部

[General Information] 书名=中国民族民间舞蹈集成 云南卷 (下卷) 作者=中国民族民间舞蹈集成编 页数=1954 SS号=11469934 DX号= 出版日期=1999年12月第1版 出版社=中国ISBN中心 总目 《中国民族民间舞蹈集成》 前言 凡例 上卷 云南民族民间舞蹈综述 全省民族民间舞蹈调查表 本卷统一的名称、术语 汉族舞蹈 汉族民间舞蹈概况 花灯歌舞 团场 大茶山 赞花扇 小邑拉花 小七姑娘 崴连厢 秧佬鼓 迎春牛 牛灯 装春 四筒鼓 彝族舞蹈 彝族民间舞蹈概况 巍山打歌 南涧打歌 阿细跳乐 花腰跳乐 烟盒舞 阿乖佬 左脚舞 跳笙 跳歌 跌脚 跳掌 双笛舞 哈芝雅蹉 花鼓舞 仆拉跳鼓 跳铜鼓 大锣笙 擦大钹 耍刀

灯弦舞 喀红呗 跳德 跳箩箩 跳哑巴 跳老虎

白族舞蹈

白族民间舞蹈概况

绕三灵组舞

洱源霸王鞭舞

宾川霸王鞭舞

哩格高

打牙撒塞

上菜舞

斗蹄壳

耍白鹤

哦啦喂 散花舞

巫舞

哈尼族舞蹈

哈尼族民间舞蹈概况

铓鼓舞

同尼尼

色尼尼

叶车鼓舞

跳铓锣

棕扇舞

扇子舞

竹筒舞

木雀舞

碗舞

帽子舞

乐作

得拨蹉

然迷比

竹片舞

壮族舞蹈

壮族民间舞蹈概况

牛头舞

棒棒灯

跳铜鼓

铜木神鼓

草人舞

耍碗舞

琵琶舞

手巾舞

纸马舞

```
傣族舞蹈
```

傣族民间舞蹈概况

傣族舞蹈的常用服饰及动作

嘎光

耶拉晖

长象脚鼓舞

中象脚鼓舞

短象脚鼓舞

孔雀舞

单人孔雀舞

蝴蝶舞

花环舞

篾帽舞

嘎养

尚笼

苗族舞蹈

苗族民间舞蹈概况

苗族舞蹈的常用服饰、道具及动作

正坛芦笙舞

反坛芦笙舞

十二套古代芦笙组舞

笛子舞

两人穿花舞

下卷

傈僳族舞蹈

傈僳族民间舞蹈概况

哇其

迁哦

山羊的歌舞

腾冲三弦舞

龙陵三弦舞

跳嘎

跳歌

诗得德

拉祜族舞蹈

拉祜族民间舞蹈概况

拉祜族舞蹈的常用服饰、道具

芦笙舞

摆舞

坝卡乃摆舞

班利摆舞

腊福摆舞

跳歌

镇沅跳歌

三脚歌

临沧跳歌

木筒鼓舞

```
者东祭祀舞
欢庆舞
嘎内嘎
    佤族舞蹈
佤族民间舞蹈概况
佤族舞蹈的常用服饰
木鼓舞
  跳木鼓房
  敲木鼓舞
  砍头刀舞
  供头舞、送头舞
芦笙舞
打歌
青年舞
甩发舞
跳摆
蜂桶鼓舞
  跳家
  水鼓舞
儿童舞
叫谷魂舞
丧葬舞
  臼棒舞
  棺材舞
  舂碓舞
    纳西族舞蹈
纳西族民间舞蹈概况
东巴舞
哦忍仁
窝默达
白沙细乐
阿卡巴拉
打跳
阿丽哩
    瑶族舞蹈
瑶族民间舞蹈概况
度戒舞
夫妻跳盘王
庆瑶楼
跳红楼
跳新年
龙虫舞
跳锣
祭社舞
    藏族舞蹈
藏族民间舞蹈概况
```

卓

忍

降鲁羌

景颇族舞蹈

景颇族民间舞蹈概况

目脑纵歌

整歌

格本歌

龙洞歌

金寨寨

恩港斋 刀舞

布朗族舞蹈

布朗族民间舞蹈概况

宰蹦

大鼓舞

克广

铓盛

蜡条舞

利阿朗

昆格丧葬舞

普米族舞蹈

普米族民间舞蹈概况

普米族舞蹈的常用服饰

搓蹉

查蹉舞

裹草帘子舞

芦笙舞

团结跳

踩毡角舞

若浪

敬羊舞

撵鬼舞

压土舞

怒族舞蹈

怒族民间舞蹈概况

达比亚舞

嘎

合盘兀

阿昌族舞蹈

阿昌族民间舞蹈概况

蹬窝罗

青龙白象舞

德昂族舞蹈

德昂族民间舞蹈概况

佛鼓舞

水鼓舞

象脚鼓舞

基诺族舞蹈

基诺族民间舞蹈概况

大鼓舞

姑娘舞

儿童舞

丧葬舞

水族舞蹈

水族民间舞蹈概况

狮子灯

跳神

蒙古族舞蹈

蒙古族民间舞蹈概况

跳乐

大白象

跳蒙家

布依族舞蹈

布依族民间舞蹈概况

马郎舞

野毛人舞

狮子舞

独龙族舞蹈

独龙族民间舞蹈概况

剽牛舞

民主革命时期群众歌舞

民主革命时期群众歌舞概况

金凤子开红花

五里亭

满三娘劳军

后记